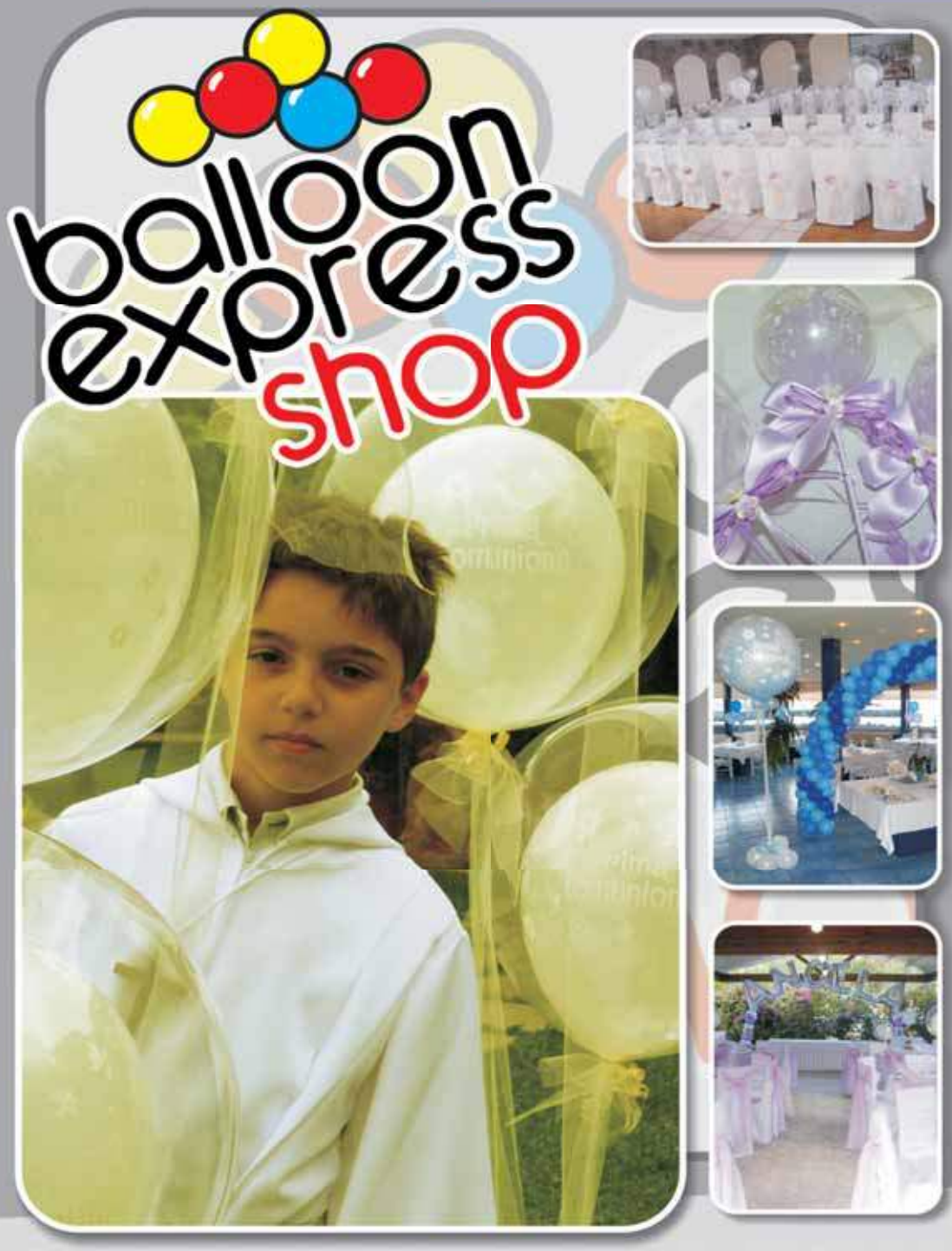
L'informazione gratuita - **www.leggimigratis.it**

Mensile - Anno 9 - N° 04 - **Aprile 2012**

LEGGIMIGRATIS



C.so Italia, 182 - 80065 - S.Agnello - Na . Tel./Fax 081 807 46 21
Cell. 334 83 82 802 - www.balloonexpress.it

Le Fer
PREZIOSI

swatch

c/mare di stabia
via g. cosenza 51
tel. 081 8713183

c/mare di stabia
via s. maria dell'orto 9
tel. 081 3915466

c/mare di stabia
via catello fusco 39/a
tel. 081 8714013

s. maria la carità
via petraro 89
tel. 081 8743335

Fitness experience

ULYSSE FITNESS

Ti regala l'estate!

3 MESI
SALA CORSI
70 €

3 MESI
"OPEN FITNESS"
100 €

4 MESI + 2 MESI
"OPEN FITNESS"
150 €

Be Fit !

THERMAE IN OMAGGIO PER TUTTI I NUOVI ISCRITTI

Non perdere l'occasione di allenarti in un vero centro Wellness...

APERTI ANCHE AD AGOSTO

Ti Aspettiamo!

ULYSSE Wellness Experience

Per Info & Prenotazioni
Tel. 081.877.49.23
via del mare, 22 - Sorrento (Na)
www.ulyssesorrento.com - info@ulyssesorrento.com

WebSorrento

CELENTANO AUTO

RENAULT

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

RENAULT MEGANE
1.5 - Diesel
Colore Grigio

SMART MOD PASSION
Colore Bianco
Varie unità

FIAT 500
Mod. Sport
Colore Grigio - 1.3 Diesel

CITROEN C2
1.3 Diesel - Colore Grigio

FIAT 500
Mod. Lounge
Colore Bianco

OPEL CORSA
1.3 - Diesel
Colore Celeste

NISSAN CELENTANO AUTO

2000

MERCEDES SLK
Colore Grigio Chiaro

2005

LANCIA Y
1.3 Diesel
Colore Bianco

2008

MERCEDES CLASSE A
Avangarde - Diesel
Colore Blu

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

APRILE

Anno 9 - Numero 4

2012

Cari lettori,
Tra le avventure più belle della vita credo ci sia l'amicizia. Difficile parlarne, perché è una di quelle esperienze nelle quali bisogna trovarsi, che bisogna vivere. Per conoscerla anche quando ci delude o ci tradisce. E navigando per internet ho trovato questa storia che mi ha fatto riflettere ancora una volta sul valore dell'amicizia. Mi fa piacere condividerla con tutti voi:
"C'era una volta, un giovane in mezzo a una piazza gremita di persone. Diceva di avere il cuore più bello del mondo. Tutti quanti gliel'ammiravano: era davvero perfetto, senza alcun minimo difetto.
All'improvviso spuntò fuori dal nulla un vecchio, che emergendo dalla folla disse: "Beh, a dire il vero.. il tuo cuore è molto meno bello del mio." Quando lo mostrò, quel cuore batteva forte, ma era ricoperto di cicatrici. C'erano zone dalle quali erano stati asportati dei pezzi e rimpiazzati con altri, ma non combaciavano bene, così il cuore risultava tutto bitorzoluto. Per giunta, era pieno di grossi buchi dove mancavano interi pezzi.
Il giovane guardò com'era ridotto il cuore de vecchio e scoppiò a ridere:"Starai scherzando!", disse. "Confronta il tuo cuore col mio: il mio è perfetto, mentre il tuo è un rattoppo di ferite e lacrime."
"Vero." ammise il vecchio. "Il tuo ha un aspetto assolutamente perfetto, ma non farei mai a cambio col mio. Vedi, ciascuna ferita rappresenta una persona alla quale ho donato il mio amore: ho staccato un pezzo del mio cuore e gliel'ho dato, e spesso ho ricevuto in cambio un pezzo del loro cuore, a colmare il vuoto lasciato nel mio cuore. Ma ciò che dai non è mai esattamente uguale a ciò che ricevi, e così ho qualche bitorzolo, a cui sono affezionato, perché ciascuno mi ricorda l'amore che ho condiviso. Altre volte, invece, ho dato via pezzi del mio cuore a persone che non mi hanno corrisposto: questo ti spiega i buchi vuoti. Amare è rischioso e per quanto dolorose siano queste voragini che rimangono aperte, mi ricordano sempre l'amore che ho provato anche per queste persone a cui ho riservato un pezzo del mio cuore. Comprendi, adesso, che cosa sia la VERA bellezza?"
Il giovane era rimasto senza parole… Così prese un pezzo del proprio cuore, andò incontro al vecchio, e gliel'offrì con le mani che tremavano.
Il vecchio lo accettò, lo mise nel suo cuore, poi prese un pezzo del suo vecchio cuore rattoppato e con esso colmò la ferita rimasta aperta nel cuore del giovane. C'entrava, ma non combaciava perfettamente. Il giovane guardò il suo cuore, che ai suoi occhi risultava più meraviglioso che mai: perché l'amore del vecchio ora scorreva dentro di lui.

Stefania Ricciardi

LEGGIMIGRATIS
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. 081.877.2283 - Cell. 380.3067686 - Fax 081.193.19209
info@leggimigratis.it - www.leggimigratis.it
Editore: ERMINIO RICCIARDI
General Manager: Gaetano D'Amaro
Direttore Responsabile:
STEFANIA RICCIARDI - E-Mail: stefania@leggimigratis.it
Concessionario unico pubblicità:
DIPIL di Aprea Giuseppa - dino@leggimigratis.it
Progetto Grafico:
Giuseppe Manzi

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

PER LA TUA PUBBLICITÀ SUL LEGGIMIGRATIS
380.3571772

QUESTO MESE...

Mamme al centro
22 Pillole
Il team di esperti di "Mamme al Centro" risponde alle vostre domande

Concorso
26 Mamma... oggi
Mostra fotografica e lettura dei racconti piu` belli non delle mamme di un tempo... ma di oggi

Affari di cuore
30 Amici dopo la rottura?
Argomento delicato perchè rischia di mettere del sale in ferite che stentano a chiudersi.

Bellezza
32 I cosmetici naturali
I cosmetici naturali sono composti per lo più da cere, acque floreali, oli vegetali

Mondo Bimbi
34 Autostima
L'autostima è la consapevolezza che un bambino ha del proprio valore nel mondo che lo circonda

Moda
36 Vestiti che snelliscono
10 consigli per apparire più snelle grazie alla scelta giusta dell'abbigliamento.

Calcio
38 Nel mondo di... Edinson
Era un giorno di San Valentino speciale quello del 1987 quando in Uruguay,nacque Edinson Cavani

Test
82 Quanto sei geloso?
La gelosia è un sentimento universale che caratterizza i rapporti a tre: lei, lui, l'altro o l'altra.

Viaggi
84 Venezia
Perdersi a Venezia: non c'e' cosa migliore che perdersi a Venezia, senza una meta

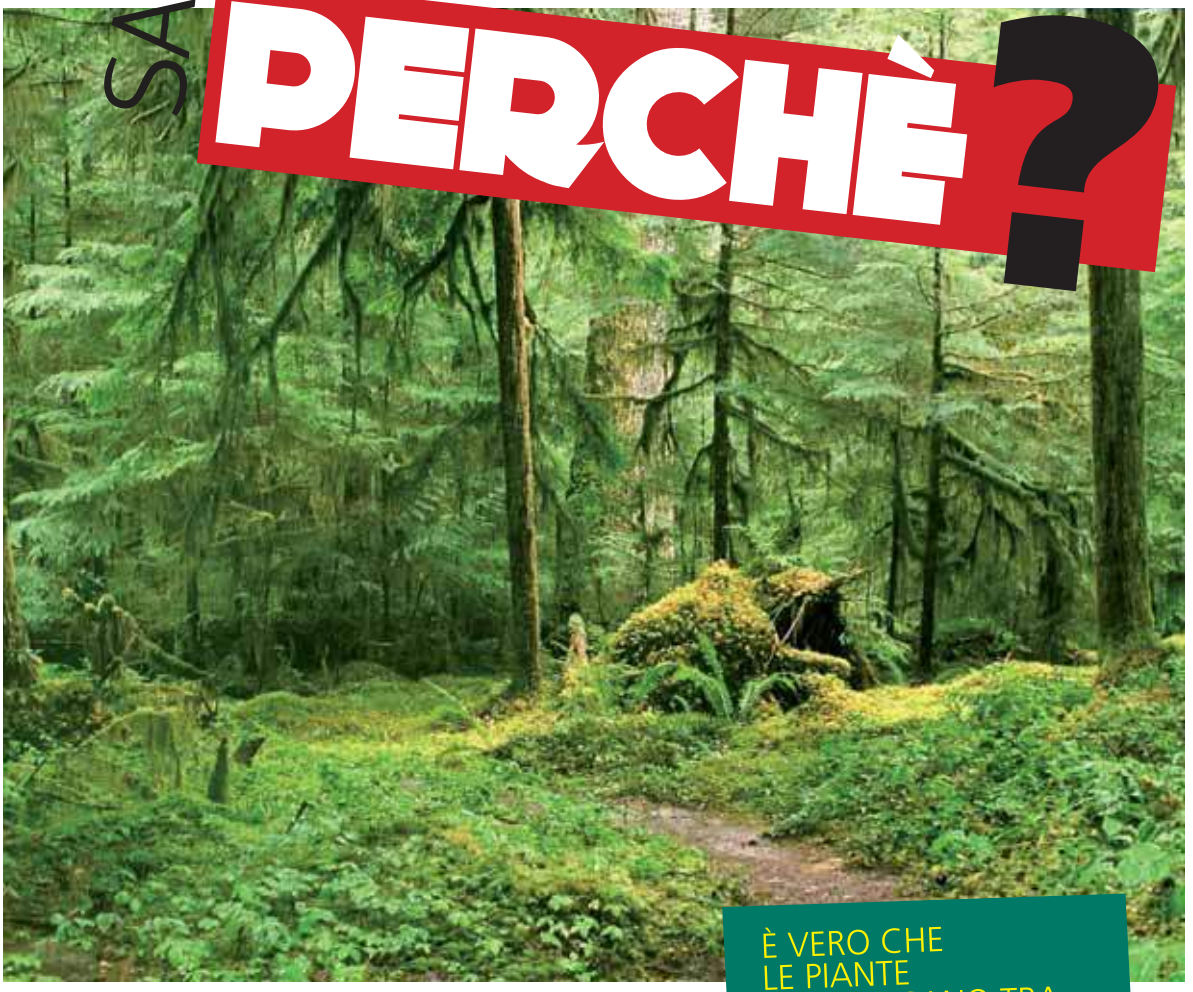
Auto & Co.
88 Jaguar F-Type
Il "Jaguarino" arriva nel 2013

IN OGNI NUMERO

8 Sai perchè?
12 News dal Mondo
16 Chiedi all'esperto
43 SMS dai lettori
50 Annunci immobiliari
54 Bacheca annunci
68 Svago
76 La ricetta del mese
78 Kids Corner
86 Al cinema ad aprile
92 Orari e numeri utili

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.

SAI PERCHÈ?



PERCHÉ SI DICE "IL GIOCO NON VALE LA CANDELA"?

L'espressione risale a quando non esisteva la luce elettrica e ci si sedeva attorno al tavolo, la sera, per giocare al lume di una candela. **Talvolta la posta in gioco era così bassa o la vittoria così poco remunerativa che veniva paragonata al costo della candela che si consumava.** E, per iperbole, si faceva notare che non valeva la pena sprecarla per proseguire il gioco... Tuttavia la frase è presa in prestito dal mondo religioso, dove la candela ha molteplici significati. L'espressione originale è infatti "il santo non vale la candela". Ossia: **quel santo non è in grado di fare miracoli e non merita neppure l'accensione di un cero votivo.** Entrambe le espressioni sono entrate nell'italiano dal francese: "le saint (le jeu) ne vaut pas la chandelle".

SALTARE I PASTI AIUTA A PERDERE PESO?

No, per due motivi. **Il primo è che nei pasti successivi si tende a compensare, introducendo tutte le calorie mancate.** L'organismo, poi, recupera la perdita di energia conservando il più possibile il cibo introdotto, rallentando il metabolismo e abituandosi a immagazzinare il più possibile, trasformandolo in riserve di grasso.

È VERO CHE LE PIANTE COMUNICANO TRA LORO?

Le piante hanno diverse possibilità per comunicare tra loro, soprattutto per lanciare segnali di pericolo. **I mezzi utilizzati sono sostanzialmente di due tipi: impulsi elettromagnetici e messaggeri ormonali.** Le radici, per esempio, sono attraversate da una debole corrente di ioni idrogeno, che crea un campo elettrico. Ogni variazione all'interno di questo campo viene immediatamente avvertita dalle radici delle piante vicine, che in questo modo vengono messe in allarme.
Ma i vegetali comunicano anche per via aerea: **alcune specie, se subiscono un danno, rilasciano nell'aria l'acido jasmonico**, una sostanza volatile che è in grado di far scattare le difese anche nei vicini, non appena la captano nell'aria.

PUB - BIRRERIA - PIZZERIA

Blossoms
PUB

GAMES ROOM

Il primo Pub con un´intera zona dedicata all´intrattenimento: giochi da tavolo, tornei, giochi di carte, wii, xbox360, biliardo, calciobalilla e tanto altro per trascorrere una serata all´insegna del divertimento.

sky HD

FREE WiFi

P

Presenta questo coupon

Pizza Margherita con parmigiana di melanzane

€ 4,00

Via Cavone,77 - Piano di Sorrento (NA)
Info e prenotazione tavoli: 081/5321827
blossomspub@villaggiofioridarancio.com
Blossoms Piano

PERCHÉ LA ZEBRA HA LE STRISCE?

Alcuni zoologi hanno visto nelle strisce una forma di mimetismo che renderebbe la vita più difficile ai predatori, in quanto **ogni volta che un branco di zebre fugge a ranghi serrati, gli assalitori finirebbero per non distinguere altro che una massa rigata dai contorni indefiniti.** Un'altra idea ipotizza che l'alternanza di bianco e nero possa regolare l'assorbimento della luce del sole e quindi la temperatura del corpo, o che le strisce servano come "carte d'identità" individuali. La teoria più innovativa è stata invece formulata dall'entomologo inglese Jeffry Waage, il quale sostiene che tali strisce costituirebbero una forma di difesa dalle mosche tse-tse. **Questi insetti sono infatti muniti di occhi sfaccettati, meno adatti di quelli dei vertebrati a percepire forme e immagini in prospettiva: ai loro suoi occhi, le strisce del manto della zebra non rappresentano nulla**. La teoria di Waage è confermata dal fatto che mentre gli altri ruminanti della savana hanno sviluppato una sorta d'immunità fisiologica, questa è invece assente nelle zebre. Queste ultime sono però la specie meno affetta dalla malattia del sonno trasmessa dalla mosca tse-tse.

CHI HA COMPILATO IL PRIMO DIZIONARIO? E QUANDO?

In questo campo la tradizione è tutta italiana. **Il primo dizionario alfabetico fu infatti pubblicato in Italia nel 1502 da Ambrogio Calepino.** Tanto che ancora oggi la parola "calepino" è sinonimo di "dizionario". Nel 1755, a Londra apparve il primo dizionario inglese per opera di Samuel Johnson: due volumi con 50 mila definizioni. **Toccò poi a Niccolò Tommaseo e a Bernardo Bellini, che nel 1858 diedero il via alla compilazione del Dizionario della lingua italiana, opera in sette volumi completata nel 1879.**

QUANDO FU INVENTATA LA PROTESI DENTARIA?

Le prime vere dentiere, simili a quelle che si usano oggi, risalgono al 1770. Erano fatte di porcellana e vennero applicate per la prima volta dal francese Alexis Duchateau di Saint-Germain-en-Laye. Ma la protesi dentaria è molto più antica. **Infatti già nel settimo secolo avanti Cristo, gli etruschi ne realizzavano esemplari intagliati in osso o in avorio, con ponti in oro.** Quindi con una tecnica già molto raffinata.

IANA

QUALITA' PREZZO E CORTESIA

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

IL BELLO CHE CERCAVI PER I TUOI FIGLI LO TROVI NELLA NUOVA COLLEZIONE PRIMAVERA/ESTATE 2012

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

Aderisci al circuito e segui le nostre offerte su:

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

PARCHEGGIO PRIVATO RISERVATO AI CLIENTI

LAGHAT, IL CAVALLO CIECO CHE VINCE TUTTE LE CORSE

Laghat è un cavallo purosangue di nove anni e corre, fin qui nulla di strano, però è completamente cieco dalla nascita a causa di un fungo. La cosa non sembra danneggiarlo più di tanto nella vita di tutti i giorni e soprattutto in pista dove ha ottenuto ottimi risultati. Laghat ha conquistato ben diciannove vittorie, che per un cavallo sono veramente tante ed una serie di piazzamenti nelle altre gare che ha disputato nella sua luminosa carriera. Laghat vive nel parco San Rossore a Pisa. Il suo allenatore e fantino, Federico De Paola non sa spiegarsi il prodigio che vede ogni giorno, "Devo ancora capire come sia possibile ma posso dire di non aver mai avuto problemi a comandarlo, anche in corse particolarmente affollate, di sedici-diciotto partenti. Reagisce perfettamente ai comandi, da sempre". Per ora il campione cieco si è meritato un servizio su Italia 1, staremo a vedere il futuro cosa gli riserverà.

NEWS DA

L'UOMO LUPO SBARCA A HOLLYWOOD: "LE DONNE SONO ATTRATTE DA ME"

È l'incredibile storia di Larry Gomez, 35 anni dal Messico, che soffre di una rara malattia genetica, l'ipertricosi. Larry è l'uomo più peloso al mondo. **La malattia fa crescere i peli su tutto il volto, le braccia, le gambe e gran parte del corpo**: una condizione strana, da leggenda, tanto che l'uomo lupo ha lavorato per anni al circo come fenomeno da baraccone. Poi la svolta, l'arrivo alla Mecca del cinema dove il suo aspetto "particolare" lo ha reso ambito dalle case cinematografiche e tra il gentil sesso. Lo racconta lui stesso: le donne impazziscono per lui e così la sua condanna si è trasformata in una benedizione.

L'ipertricosi è una rara malattia genetica nota anche come sindrome di Werewolf. **Di essa si hanno notizia di soli 50 casi a partire dal Medioevo che, tra l'altro, pare abbiano dato vita alle leggende dell'uomo lupo o lupo mannaro.** In realtà è una malattia che fa crescere senza sosta i peli su tutto il corpo ed è genetica. Nella famiglia di Larry si contano 15 dei 50 casi noti tanto che anche la sorella e il fratello ne sono affetti. Lui ha sofferto da piccolo, quando lo chiamavano "Wolfboy", ma poi ha imparato a convivere con la sua condizione: si è sposato, ha avuto un figlio (che non ha la sua malattia), poi si è separato ed è volato a Hollywood. Il suo aspetto, racconta, non ha mai spaventato le donne, anzi. "Quando le donne mi vedono non ci credono. Poi, l'unica cosa che vogliono fare è toccarmi. Ho avuto almeno 35 storie. Adesso la mia condizione mi piace. Dopo aver capito questo ho iniziato a cercare di trarne profitto" dice.

ANCHE ALLE SCIMMIE PIACE L'IPAD

Mettiamoci, però, per un attimo nei panni di un orango prigioniero in uno zoo, nello specifico si parla dello zoo di Toronto. Salta da un copertone all'altro, una passeggiatina, ma nemmeno tanto che il clima è quello che è. Una spulciatina, spuntino, sonnellino, e poi? **Dopo un po' arrivano depressione e noia garantite al 100% anche se sei l'orango più gioviale di questa terra. Questo deve averlo pensato anche Richard Zimmerman che si occupa della tutela ambientale degli orango.** Dopo qualche giorno di riflessione si è presentato allo zoo con un oggettino che è nella lista dei desideri di quasi tutti gli esseri umani, dai più piccoli che magari non sanno ancora leggere, ai più grandi e vaccinati: l'iPad ovviamente. **L'Orango ha cominciato a manipolare questo IPad e giorno dopo giorno è diventato sempre più padrone del tablet della Apple.** Magari non riuscirà a far di conto oppure a scrivere corpose email, ma riesce a disegnare o comunque a colorare qualcosa. E' capace di giocare ad Angry Birds con una certa efficacia, guarda i video, ascolta la musica. Insomma tutte le cose che fanno molti di noi quando hanno a portata di mano un iPad.

DA IKEA SE TI ADDORMENTI TI DANNO 150 EURO

L'iniziativa è stata adottata dalla filiale di Sesto Fiorentino che ha indetto una specie di concorso a premi. **La posta in palio era un buono acquisto di 150 euro da spendere da Ikea, comunque un regalo non da poco.** La regola era una sola, dormire all'interno di Ikea nell'orario di apertura dalle 10 alle 20 in uno dei letti in esposizione. Tra tutti gli iscritti si sono presentati in 40 con tanto di pigiama e di pantofole ed hanno tentato la prova. **Il nome del concorso è "Chi dorme... piglia premi".**

AL MONDO

LATTE MATERNO IN VENDITA SUL WEB, SI GUADAGNANO FINO A 20.000$ ALL'ANNO

Sul web è possibile comprare e vendere praticamente di tutto. **L'ultima tendenza riguarda il latte materno, esistono diversi siti specializzati che mettono in contatto venditore ed acquirente.** Online il latte materno viene detto in gergo, oro liquido, perché è molto ricercato. Donne con problemi, oppure sotto cure farmaceutiche, mamme con troppi figli o con problemi di salute, persino uomini che lo acquistano per ragioni "personali", sono questi gli acquirenti del latte materno.

Quali sono i guadagni? **Una ragazza può guadagnare fino a 20.000 Dollari all'anno, si tratta di oltre 15.000 Euro decisamente non poco.** Le "mamme" online si pubblicizzato come donne senza vizi, con diete equilibrate e grande cura di se stesse, ma ovviamente è tutto basato sul fidarsi. In realtà il rischio di infezioni ed altri problemi di salute è presente e bisogna fare grande attenzione nell'acquistare questo particolare prodotto, visto che poi saranno dei neonati al di sotto dei sei mesi i fruitori finali.

LE GALLINE PER SMALTIRE L'IMMONDIZIA

La raccolta differenziata è troppo faticosa? Niente paura, c'è un'alternativa altrettanto ecologica, low cost ed efficace: le galline. E' questo che hanno pensato a Pince, un paesino nel nord-ovest della Francia in cui le autorità hanno proposto di dare a ogni famiglia due galline, con l'obiettivo esplicito di ridurre in modo drastico la quantità di rifiuti organici da smaltire. Secondo gli amministratori del paesino, infatti, **ogni gallina è in grado di far sparire, semplicemente mangiandoli, 150 chili di immondizia all'anno.** Due pennuti a famiglia equivalgono pertanto a tre quintali di pattume in meno, e anche a un bel risparmio nell'importo delle tasse per lo smaltimento dei rifiuti. "Le galline si dimostreranno un buon investimento, visto che i costi per smaltire la spazzatura sono destinati a crescere nel tempo", ha detto il il sindaco di Pince Lydie Pasteau. E **oltre a ridurre l'"umido" dei cestini, le galline hanno naturalmente un altro metodo per aiutare le famiglie di Pince a risparmiare: fare le uova.** Stando a quanto riferito dall'amministrazione comunale, gli abitanti del paese che hanno mostrato interesse a aderire all'iniziativa (finora una ventina di famiglie) riceveranno le galline a settembre.

RAPINANO UNA ANZIANA IN CASA AD ASTI, LE RUBANO ANCHE LA DENTIERA

Sono finiti in manette ad Asti due giovani di nazionalità albanese che hanno aggredito una signora di 82 anni nella sua stessa casa. I due ladri, uno dei quali è minorenne, hanno atteso l'anziana al rientro dal suo consueto giro in chiesa e, immobilizzandola per le scale, **l'hanno portata in casa per rubarle i pochi soldi che teneva nel portafogli, una catenina e altri oggetti preziosi, tra cui una protesi dentaria in oro.** I carabinieri di Asti continuano le indagini al fine di identificare altri complici dei due arrestati e altri furti di cui i due potrebbero essere responsabili.

ARR

Veste la tua casa...

Via del Mare 15/19 - Sorrento - tel/fax 081 807 17 64 - cell.

REDAMENTI

di Claudio & Luigi Gargiulo

GIACONI & RAPONI

MASSON MATIÉE

dallo stile classico al moderno...

3382065411 - www.lgarredamenti.it - info@lgarredamenti.it

QUALI NOVITA' HA INTRODOTTO IL DECRETO SALVA ITALIA DEL GOVERNO MONTI PER LE AZIENDE?

Il Decreto Salva Italia del governo Monti ha introdotto un nuovo regime semplificato e agevolato **indirizzato ai contribuenti persone fisiche e società di persone titolari di reddito di lavoro autonomo e reddito di impresa.**

In sostanza, ai soggetti che svolgono attività artistica o professionale ovvero attività di impresa in forma individuale o con le forme associative sono riconosciuti i seguenti benefici:

1) Semplificazione degli adempimenti amministrativi,
2) Assistenza negli adempimenti amministrativi da parte dell'Amministrazione finanziaria,
3) Accelerazione del rimborso o della compensazione dei crediti IVA,
4) Esclusione dagli accertamenti basati sulle presunzioni semplici per i contribuenti non soggetti al regime di accertamento basato sugli studi di settore,
5) Riduzione di un anno dei termini di decadenza per l'attività di accertamento.

Per poter accedere al regime della trasparenza fiscale introdotto dal d.l. Salva-Italia si dovrà esercitare un'opzione nella dichiarazione dei redditi presentata nel periodo d'imposta precedente a quello di applicazione delle nuove disposizioni. Per cui, poiché il nuovo regime entra in vigore nel 2013, la prima scelta utile andrà fatta nel Modello Unico 2012.

Accanto a questa novità vi è sempre il regime fiscale dei nuovi contribuenti minimi la cui tassazione è la più bassa d'Europa è di fatti è solo del 5 %.

Entrambi i regimi contabili sono compatibili con l'iniziativa di nuove attività produttive che si avvalgono di finanziamenti a fondo perduto per l'avvio e la ristrutturazione di nuove attività che vi permetteranno di creare la vostra azienda con un contributo a fondo perduto fino a € 150.000,00.

E' necessario avvalersi di uno staff di esperti in materia di agevolazioni alle imprese, che potrà assistere tutti coloro che intendano realizzare un' idea imprenditoriale, come esercitare una professione, un'arte, aprire un'attività commerciale, o rinnovare i vostri locali.

GS Consulting
Via degli Aranci n. 116 - Sorrento
Contattaci per una consulenza gratuita ai seguenti numeri
081 878 20 72 / 339 10 48 743
Oppure inviaci una mail a: infogsconsulting@gmail.com
Per qualunque informazioni o delucidazioni vi aspettiamo presso i nostri uffici

Solo fino al 30 agosto 2011 potrai compilare gratuitamente presso i nostri uffici il tuo modello 730 e la tua dichiarazione dei redditi.

BLUMARE
VIAGGI

Rainbow MagicLand
17 Giugno 2012
Quota individuale Euro 44,00

Bambini fino a 2 anni Gratis - Bambini da 2 a 10 anni Euro 40,00

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

VILLAGGIO SANGINETO
CALABRIA
Dal 30 Giugno al 07 Luglio e dal 07 al 14 Luglio

Quota per persona Euro 360,00

Bambino fino a 7 anni in 3° letto (camera tripla) Gratis

Bambini da 8 a 13 anni in 3°/4° letto Euro 195,00

Bambini fino a 8 anni in 4° letto Euro 130,00

La quota comprende : 7 notti in pensione completa (bevande incluse)

Aria condizionata - Tessera club - Animazione, piscina e servizio spiaggia.

Dal 14 al 21 Luglio

Quota per persona Euro 390,00

Bambino fino a 7 anni in 3° letto (camera tripla) Gratis

Bambino da 8 a 13 anni in 3°/4° letto Euro 205,00

Bambini fino a 8 anni in 4° letto Euro 130,00

La quota comprende : 7 notti in pensione completa (bevande incluse)

Aria condizionata - Tessera club - Animazione, piscina e servizio spiaggia.

ZOOMARINE
08 Luglio 2012

Quota adulti Euro 43,00

Bambini fino a 2 anni Gratis - Bambini da 2 a 10 anni Euro 36,00

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

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

CHIEDI ALL' ESPERTO

DOMANDA

Per lavoro sono costretta a rimanere in piedi per molte ore al giorno ed alla sera ho caviglie gonfie e gambe doloranti.
Quali accorgimenti posso adottare per migliorare la circolazione degli arti inferiori ed evitare la comparsa degli antiestetici capillari sulle gambe?

Risponde la dottoressa
Maria Buononato
maria_buononato@virgilio.it

Le calze ed i collant a compressione graduata sono la risposta più efficace e completa per la prevenzione ed il trattamento della vene varicose. Il cuore assolve alla mansione di pompaggio del sangue. Quando si contrae, imprime al sangue una spinta tale in modo da arrivare ad irrorare la periferia del corpo. **Le vene invece hanno il compito di riportare al cuore il sangue carico di scorie, per essere poi purificato ed ossigenato dai polmoni.** La mansione delle vene è resa difficile però dalla forza di gravità, che attira il sangue verso il basso. Per combattere questo fenomeno, il corpo umano è dotato di due meccanismi importanti: un sistema di valvole a senso unico all'interno delle vene, che impediscono al sangue risalito di refluire, e i muscoli.
Quando i muscoli del polpaccio sono rilassati, hanno un volume minore ed il sangue circola liberamente.
Quando invece si contraggono il volume della massa muscolare aumenta comprimendo le vene e pompando il sangue verso il cuore. Ecco perché è importante far sempre lavorare i muscoli, non stando troppo in piedi o seduti, e seguendo piccoli accorgimenti per aiutare la corretta circolazione sanguigna.
In seguito ad abitudini di vita scorretti oppure all'età che indebolisce le pareti vascolari, il sangue tende a ristagnare all'interno delle vene delle gambe invece di procedere verso il cuore. Ecco che abbiamo le caviglie gonfie, le gambe pesanti e addirittura delle sottili linee blu che evidenziano le vene sotto la pelle. Le calze a compressione graduata sono un importante ausilio per risolvere il problema estetico dei capillari ma, ancor prima, per assicurare il benessere del sistema circolatorio degli arti inferiori.
Le calze terapeutiche a compressione graduata sopperiscono dall'esterno alle funzioni che l'organismo è impossibilitato a svolgere.
Studi approfonditi di emodinamica hanno confermanto che i collant a compressione decrescente aiutano il sangue a risalire al cuore grazie alla contro-pressione differenziata che esercitano lungo tutta la gamba.
La qualità terapeutica che distingue questo genere di collant sta nei tre gradi diversi di compressione: massima alla caviglia (100%), media verso il polpaccio (70%) e mimina alla coscia (40%). Il collant con elasticità uguale su tutta la lunghezza della gamba è inefficace ai fini terapeutici. L'uso costante di calze a compressione graduata aiuta a prevenire i problemi circolatori in persone con uno o più fattori di rischio quali l'ereditarietà, l'obesità, la sedentarietà, l'uso di contraccettivi orali. **Il micromassaggio esercitato dai collant a compressione graduata ha effetti benefici anche a livello cellulare contrastando il ristagno dei liquidi e la cellulite.**

DOMANDA

La mia vicina di casa sparla sul mio conto, si tratta di ingiuria o diffamazione? In ogni caso come posso tutelarmi?

L'ingiuria e la diffamazione costituiscono due fattispecie di reato in cui viene violata la dignità della persona, che viene denigrata attraverso l'utilizzo di espressioni offensive più o meno pesanti e, talvolta, mediante l'attribuzione di fatti determinati non corrispondenti a verità. **L'elemento differenziale tra i due reati consiste nella circostanza che la persona cui l'offesa è diretta sia o meno presente:** commette il reato di ingiuria (art. 594 c.p.) chi offende l'onore o il decoro di una persona presente mentre commette il reato di diffamazione (art. 595 c.p.) chi, comunicando con più persone, offende l'altrui reputazione in assenza della persona offesa. Pertanto, il fatto, e quindi anche la pena, è meno grave nel caso di ingiuria, poichè la presenza dell'offeso gli consente di difendersi.
Le conseguenze dei reati in parola sono molteplici, innanzitutto dal punto di vista del diritto penale, infatti a carico dell'autore del reato potranno essere poste tanto sanzioni di natura pecuniaria quanto la restrizione della libertà personale (reclusione). Ingiuria e diffamazione possono, inoltre, comportare la condanna al risarcimento del danno che è derivato dalla violazione dei diritti fondamentali dell'individuo, quali il diritto all'immagine, alla reputazione, all'onore, alla privacy.
Chi scopre di essere vittima di uno dei reati di cui si è discusso può tutelarsi innanzitutto denunciando il fatto alle Autorità competenti (Carabinieri, Polizia ...) e rivolgendosi ad un legale che curi il risarcimento del danno.

Avv. Patrizia Cappiello
Lo studio è sito in Piano di Sorrento Piazza della Repubblica n. 26 Sc. B
p.cappiello@libero.it cell. 3391970892

ARIZONA PARK CLUB

Un nuovo parco a tema per i più piccoli e non...
a pochi passi dal centro storico di Sorrento
in un contesto elegante tra aranci e limoni
RIVIVRAI IL VECCHIO WEST!
e potrai organizzare la tua FESTA! (Compleanni, Cerimonie...)

Far West

- Oltre 1500mq di giardino
- Grandissimo Playground
- Ampia Sala

Via S. Lucia, 29
80067 - Sorrento

Tel. 081 8770650 e-mail euvan@libero.it
Cell. 360 73 96 43 - 338 22 70 188
Arizona Park

ALIMENTARI
dal 1907

PAUCIANO

Via S. Michele, 3 - Piano di Sorrento - Tel: 081 534 24 20

A cura della dottoressa **Emma Ruocco**

COSA SI INTENDE PER CEREALI? QUALI SONO LE LORO PROPRIETÀ NUTRIZIONALI?

Con il termine cereali non indichiamo una specifica classe botanica. In realtà, alcuni di essi non appartengono neanche alla famiglia delle Graminacee (che include la maggioranza dei cereali). Sono, in linea molto generale, piante dai cui frutti si ricavano farine ricche in carboidrati, utilizzate per l'alimentazione umana. Le specifiche proprietà nutrizionali sono conferite dalle varie strutture che compongono il frutto. **Ciò che noi indichiamo comunemente con il termine di crusca, non è altro che l'insieme dei due strati esterni che avvolgono il chicco vero e proprio.** Questa è la parte più ricca di fibre idrosolubili, le quali, rigonfiandosi di acqua, contribuiscono notevolmente ad aumentare la massa fecale all'interno dell'intestino umano. Per tale ragione, la crusca è un eccellente rimedio contro la stipsi. E', inoltre, ricca in minerali, in particolare fosforo, magnesio e potassio.

All'interno del chicco troviamo una struttura detta endosperma, all'interno della quale è concentrato l'amido. Esso, forma di riserva energetica per le piante, è il principale carboidrato assimilabile dell'alimentazione umana.

Di notevole importanza, soprattutto dal punto di vista nutrizionale, è il germe. Frequentemente se ne incoraggia il consumo poiché è ricco di amminoacidi, acidi grassi, vitamine del gruppo B, tocoferolo e, in particolare, vitamina E. L'olio da esso derivato è infatti usato come integratore di questa vitamina.

La conseguenza di quanto precedentemente esposto è che esiste una drastica differenza nelle proprietà nutrizionali dei prodotti derivati dai cereali (pasta, pane, riso, biscotti, gallette, fette biscottate,…) in relazione alla lavorazione che subiscono le farine con cui vengono preparati. Esistono infatti farine raffinate, in cui avviene l'eliminazione meccanica degli strati esterni (la crusca). A causa della conformazione del chicco però, con tale procedimento viene rimosso anche il germe. Di conseguenza, le farine bianche sono prive di tutti le proprietà nutrizionali conferite da queste due strutture.

Nelle farine integrali, invece, l'intero frutto è utilizzato per la produzione della farina. Per tale ragione la moderna nutrizione consiglia di incrementare il consumo di prodotti nella varietà integrale soprattutto in ragione del loro elevato contenuto in fibre.

FARMACIA INTERNAZIONALE

PIANO DI SORRENTO

Corso Italia, 261 - Piano di Sorrento (Na) - Tel. 081 5321634/35

Centro prenotazioni visite specialistiche ASL
Fitoterapici - Omeopatici - Laboratorio Galenico
Dermocosmesi - Prodotti per l'Infanzia - Centro autotest diagnostici

NON LASCIATEVI SFUGGIRE QUESTE GRANDI OCCASIONI

DIMAGRIMENTO

-20%

~~€ 13.00~~
€ 10.40

LINEA
RIMODELLA

-20%

-20%

~~€ 58.00~~
€ 46.00

TUTTO BIMBI

Fascia Portabebè
dal primo giorno fino ai 18 kg
offre un elevato comfort
ed una piacevole intimità
~~€ 68.00~~
€ 53.90

Acquista il nostro
Kit nascita
per il tuo bambino,
riceverai preziosi consigli
e il **fiocco nascita è in omaggio**
A PARTIRE DA € **20,00**

CALZE MEDI

CALZE A COMPRESSIONE GRADUATA MEDI

OFFERTA 3 x 2

APERTI TUTTI I SABATO POMERIGGIO

IL TEAM DI ESPERTI DI "MAMME AL CENTRO", RISPONDE ALLE VOSTRE DOMANDE:

SONO INCINTA, HO SENTITO PARLARE DI METODI NATURALI E NELLO SPECIFICO FITOCOMPLESSO, DI COSA SI TRATTA?

Carmen, 32 anni, da Vico Equense.

Con il termine "fitocomplesso", si indica il complesso dei principi attivi e delle altre sostanze originariamente presenti nelle piante. Queste "altre sostanze" sono importanti perché modulano l'azione dei principi attivi e ne regolano l'assorbimento. È proprio l'insieme di tutti i componenti del fitocomplesso, ossia una complicata e perfetta formulazione realizzata da madre natura (non ottenibile con il farmaco di sintesi), a garantire il successo del prodotto nominato appunto "fitoterapico". I vantaggi del fitocomplesso, rispetto al singolo principio attivo, vanno dai minimi effetti collaterali ad un'azione molto più equilibrata e completa nei confronti dell'organismo. È un'azione più lenta e graduale rispetto ai farmaci che conosciamo, ma spesso sufficiente per risolvere molti dei più comuni disturbi che ci affliggono quotidianamente. Anche quando non possono sostituire del tutto il farmaco, comunque, i prodotti naturali sono un partner ideale per esso, sia nel supportarne l'azione che per ridurne gli effetti collaterali, soprattutto e in gravidanza.

Enrico Romeo Coppola, naturopata

Mamme al Centro

un mondo a misura di mamma e bambino

Presenta

L'INNOVATIVO BABY-PARKING

1. Bilingue: Grazie al prestigioso metodo internazonale Helen Doron, il bambino imparerà, già dai primi mesi di vita, l`inglese attraverso il gioco.

2. Basato sul "metodo benessere": L`utilizzo della Pedagogia Olista e di quella tradizionale e all'uso della cromoterapia (utilizzando dei colori ed evitandone altri, aiuta il bambino ad esprimere le proprie emozioni e sensazioni), abbiamo ricreato un ambiente sereno, atto a favorire il rilassamento del bambino.

3. Basato sul principio delle 7 Intelligenze di H.Gardner: Tale teoria, sostiene che ogni individuo, possiede non un' unica intelligenza, ma bensì una pluralità di intelligenze le quali sono innate, ma per un corretto sviluppo debbono essere stimolate. Le intelligenze annoverate da Gardner sono quella: linguistica, musicale, spaziale, corporea, personale, naturalistica e spirituale.

Il nostro Baby - Parking, NON vede il bambino "parcheggiato"

bensì lo vede impegnato in attività didattiche che stimolino.

Tra le varie attività ci saranno i laboratori di: motricità, lettura delle favole, creatività, laboratorio dello sviluppo cognitivo, musicale, d'inglese Helen Doron, di logica e scientifico e tanto altro.

Orari e giorni di apertura: dalle ore 8:00 alle ore 14:30, dal lunedì al venerdì.

Età dei bambini accettati: dagli 11 mesi ai 36 mesi.

Per un appuntamento in sede o per avere info più approfondite, telefonare al 333 58 93 371.

La Coordinatrice e Responsabile del Baby-Parking, Dott.ssa Nadia Cacace.

I PERCORSI POMERIDIANI:

I quali nascono con lo scopo di aiutare le mamme che lavorano, impegnando i loro figli in attività pomeridiane didattiche e ludiche.

Le attività svolte sono le seguenti: Lettura fiabe, laboratorio musicale, corsi di chitarra, laboratorio creativo "officina creativa", doposcuola, lettura di fiabe in inglese, l'albero delle prime scoperte, laboratorio di riciclo creativo, attività motoria, corso di cucina "baby-chef", Musical theatre, corsi di francese, corsi di spagnolo, corso d'inglese con metodo Helen Doron, corso di giornalismo e tante altre novità. Inoltre offriamo il servizio ludoteca nel pomeriggio dalle ore 16:00 alle ore 20:00.

Età dei bambini accettati: dai 3 agli 11 anni (divisi per fasce d'età a seconda delle attività).

Per un appuntamento in sede o per avere info più approfondite sul programma ed i costi: 339 50 11 339, la Coordinatrice e Responsabile dei percorsi pomeridiani, Dott.ssa Angela Castellano.

PER LA MAMMA: Iniziano i nuovi corsi di cucina, danza del ventre, yoga, danza africna etc (porta tuo figlio da noi al Baby-parking o in ludoteca di mattina o di pomeriggio e riceverai uno sconto) per info e prenotazioni chiama al: Tel. 3662621007

vi aspettiamo nella nuova e coloratissima sede!!!

Ci trovate alla Siesta (tra Piano e Sant'Agnello, tra il negozio di Pirotecnica ed il Fotografo) precisamente in Via S. Sergio, 1

www.mammealcentro.it - mammealcentro@hotmail.it - Segreteria: 388 14 66 174 - Presidenza: 366 26 21 007

A VOLTE, HO UN ESUBERO DI PRODUZIONE DI LATTE MATERNO. COME POSSO CONSERVARLO CORRETTAMENTE?

Maria Teresa, 25 anni da Meta.

Maria Teresa, la tua domanda è davvero interessante. Conservare il latte materno è un' ottima abitudine. Ecco alcune dritte su come farlo correttamente: Versa il latte tirato in giornata, in un contenitore ben pulito, di plastica dura o di vetro, riempiendolo al massimo fino a tre quarti. Utilizza un contenitore diverso, per ogni raccolta. Puoi conservare il latte a temperatura ambiente per 8 ore (d'estate è preferibile non superare le 4 ore), oppure in frigorifero per 72 ore al massimo, o congelarlo entro 24 ore dalla raccolta. Il latte si scongela lentamente mettendolo in frigorifero, o più velocemente a temperatura ambiente. Può essere portato a temperatura ambiente ponendo il contenitore in acqua tiepida, a "bagnomaria". Non usare il forno a microonde, per evitare la riduzione di alcuni componenti essenziali del latte e per evitare eventuali ustioni al bambino.

Dott. Raffaele Savarese, pediatra

COME POSSO DIRE NO AL MIO BAMBINO?

Mariella, 34 anni da Positano

I "no" dei genitori, aiutano il bambino ad accettare le regole ed i limiti necessari per la propria educazione. Ogni bambino ha bisogno, oltre che di affetto e di amore, di limiti e norme; occorre però trovare il giusto equilibrio tra autorità e libertà. Un eccesso di autorità genera paura ed insicurezza, al contrario, un eccesso di libertà danneggia il bambino, privandolo di valori importantissimi per il proprio benessere e le future relazioni sociali. I bambini sono prima di tutto persone ed i loro capricci sono una richiesta di attenzione nei confronti dei genitori, sempre più distratti dalla vita frenetica.

Dott.ssa Angela Castellano, educatrice e responsabile percorsi pomeridiani

SONO UNA FUMATRICE, HO APPENA SCOPERTO DI ESSERE INCINTA, QUALI SONO I DANNI DEL FUMO IN GRAVIDANZA?

Marianna, 28 anni da Piano di Sorrento

Cara Marianna, sappi che fumare in gravidanza, aumenta il rischio di complicanze legate alla gravidanza stessa, quali: rottura di placenta, placenta previa (bassa), aborto spontaneo, parto prematuro e mortalità perinatale. Inoltre, il 18% dei bambini che presentano un basso peso alla nascita, hanno mamme fumatrici, ciò accade perchè il monossido di carbonio e la nicotina, attraversano la barriera placentare, con un effetto vasocostrittore, compromettendo la circolazione uteroplacentare, riducendo l'apporto di sangue al feto e di ossigeno e dunque ostacolando la crescita fetale.

Altresì, durante l'allattamento, la nicotina passa nel latte materno e si ha un aumento delle malattie respiratorie, otiti e irritazioni oculari del neonato.

Dott.ssa Angela Flinio, osterica e responsabile corsi Pre e Post- Parto

HO UN GROSSO APPARTAMENTO, VORREI DIVIDERLO, COME FARE, RISPETTANDO LE NORMATIVE?

Cristina 54 anni, Piano di Sorrento.

A livello comunale, vanno osservate le disposizioni urbanistiche per la zona del Piano Regolatore Generale dove risulta inserito il fabbricato. In alcune zone è previsto, a condizione che vengano rispettati i limiti minimi, di superficie degli appartamenti frazionati (in mancanza vale la disposizione del minimo della normativa nazionale di mq. 45,00). Per quanto riguarda il problema condominiale, se l'intervento non comporta aumenti di superficie e di volumi o alterazioni di finestrature, non occorre alcuna nuova redazione delle tabelle millesimali, in quanto rimangono immutati tutti i parametri e i coefficienti che sono alla base della redazione delle tabelle (si dovrà solo effettuare un'operazione matematica interna, non condominiale, a solo uso del proprietario, per dividere i millesimi primitivi nelle due quote risultanti, pervenendo la somma allo stesso valore primitivo).

Ing. Raffaele d`Esposito

Per ricevere una risposta sul prossimo numero di Leggimigratis, da parte degli specialisti ed esperti di "Mamme al Centro", inviate le vostre domande a:
mammealcentro@hotmail.it
Per conoscere TUTTI gli specialisti a vostra disposizione, visitare il sito www.mammealcentro.it, nella sezione SPORTELLI E SERVIZI (in alto a destra).
Per info, Segreteria:
Tel. 388.1466174

Pizzeria - Rosticceria
Gastronomia

BRACCIO DI FERRO

Specialità: Pizza alla Messicana
Pizza a Pranzo tutti i giorni

SI PREPARANO PRIMI PIATTI
E SECONDI A PRANZO

Consegne a Domicilio

Aperti a Pranzo - Chiuso il Mercoledì
Via Ripa di Cassano, 8/10
Piano di Sorrento (Na) - Tel. 081.878.6503

1º Edizione del concorso "MAMMA OGGI"

MOSTRA FOTOGRAFICA E LETTURA DEI RACCONTI PIU` BELLI NON DELLE MAMME DI UN TEMPO MA... DELLE MAMME DI OGGI!

"Mamme al Centro" in collaborazione con Positano News e LeggimiGratis ha deciso di indire la prima edizione del concorso a premi "MAMME OGGI" e premiare, nel giorno della Festa della Mamma, due mamme che con le loro foto e racconti hanno commosso o particolarmente emozionato, raccontando di loro e della loro famiglia: delle loro gioie, dei loro piccoli grandi sacrifici quotidiani, dei loro dolori, dei loro figli....

Non importa che mamma sei (con un solo figlio, lavoratrice, casalinga, straniera, con 5 figli, single, quarantenne o ventenne etc) attraverso le immagini che ti ritraggono, attraverso quelle frasi che ti identificano, noi vogliamo conoscerti "meglio" e starti sempre più vicino.

PREMI IN PALIO

PRIMA CLASSIFICATA "Premio Giuria" scelto dalla giuria del concorso
Premi del valore complessivo di € 430,00 a scelta tra:

- un corso pre-parto + corso post-parto + 1 buono per Massaggio Antistress + una torta di pannolini + un iscrizione a "Mamme al Centro";

oppure:

- 1 mese gratis al baby parking con orario pieno + Iscrizione "Mamme al Centro" + 1 buono per Massaggio Antristress + 1 Iscrizione Bambino al baby parking;

oppure:

- 1 mese gratis di percorso pomeridiano completo + 1 Iscrizione a Mamme al Centro + 1 buono sconto di € 90,00 su una festa bimbi presso la sede di "Mamme al Centro" + 1 buono per Massaggio Antistress + 1 iscrizione al Bambino al baby parking.

SECONDA CLASSIFICATA
"La foto ed il racconto più cliccato sul Positano News"
Premi del valore complessivo di € 340,00 a scelta tra:

- 1 Corso pre-parto + 1 buono per Massaggio Antistress + Iscrizione "Mamme al Centro";

oppure:

- 1 Corso Post-Parto + 1 buono per Massaggio Antistress + Iscrizione Mamme al Centro + 1 buono sconto di € 20,00 per una festa bimbi presso la sede di "Mamme al Centro";

oppure:

- 1 mese di percorso pomeridiano + Iscrizione "Mamme al Centro" + 1 buono sconto di € 10,00 per una festa bimbi presso la sede di "Mamme al Centro" + 1 buono per Massaggio Antistress.

Sono previsti anche altri premi da parte del negozio Kikia e degli sponsor del Positano News e di Mamme al Centro.

Le foto più belle saranno esposte durante l`open-day "MAMME AL CENTRO", il giorno 13 Maggio 2012 saremo aperti tutta la giornata, a partire dalle ore 10.00, mentre i racconti più toccanti saranno letti da poeti e scrittori di rilievo nazionale, nel giorno delle festa della Mamma il 13 Maggio, e saranno pubblicati su Positano News, LeggimiGratis e sul sito di "Mamme al Centro"; inoltre faranno parte del prossimo calendario di "Mamme al Centro" o della prossima campagna pubblicitaria o raccolta di fiabe e poesie.

LA PREMIAZIONE

Domenica 13 Maggio 2012 giorno della Festa della Mamma saranno premiate le due vincitrici del concorso.

REGOLAMENTO

Le Mamme partecipanti dovranno presentare 2 foto che le ritraggono nei momenti di vita quotidiana con i loro figli insieme con un racconto (eventualmente ispirato alla loro famiglia, l'elaborato dovrà essere max di 500 parole) da presentare entro e non oltre le ore 12,00 del 2 Maggio 2012 presso la sede di "Mamme al Centro" aperta dal Lunedì al Venerdì dalle 10,00 alle 12,00 in Via San Sergio,1 a Sant`Agnello (adiacente la Farmacia Palagiano, vicino il bar la Siesta, tra Sant`Agnello e Piano di Sorrento). Le foto dovranno essere presentate in formato 20 per 30 cm e alle stampe dovrà essere allegato un cd contenente i file delle foto e l`elaborato formato word. Le foto presentate possono essere sia a colori che in B/N.

Tutto il materiale presentato dovrà essere accompagnato da una dichiarazione che autorizza "Mamme al Centro" a pubblicare le foto ed il racconto sul sito, su f.b. e su materiale cartaceo.

Il tutto dovrà essere presentato in busta chiusa con sopra scritto nome e cognome della partecipante.

La quota di partecipazione al concorso è di € 10,00.

GIURIA:

Presidente "Mamme al Centro":
Roberta d`Esposito

Direttore Positano News:
Michele Cinque

Responsabile servizio "Sos tata", scrittrice, blogger ed educatrice:
Dott.ssa Anna Sallustro

Responsabile Creativa e Artistica "Mamme al Centro":
Annamaria Guida

Responsabile Pre e Post Parto:
Dott.ssa Angela Flinio

Giornalista e foto-reporter:
Mattia Lauro

Scrittrice e poetessa a livello internazionale
Rosaria Zizzo

Nella Giuria è prevista anche la presenza di personaggi dello spettacolo o scrittrici nazionali.

Non Solo Caffè

MdE shop

box 150 cialde €18,90

Caffè in grani e cialde nespresso compatibili

Macchine da caffè noleggio e assistenza

Vini & Liquori

forniture per privati

alberghi, bar ristoranti

passa da noi e ritira la tua card

081.534.22.70
366.2650509
info@mdeshop.com

Via Cassano,55 - 80063
Piano di Sorrento (Na)

OFFERTISSIMA BAR - HOTEL - RISTORANTI

CAFFE' IN GRANI MISCELA FORTE	€	6,50
CAFFE' IN GRANI MISCELA CLASSICO	€	8,50
CAFFE' IN GRANI MISCELA PURISSIMO	€	10,00
CAFFE' IN GRANI MISCELA ARABICA	€	9,50

CONFEZIONI da 1 Kg

OGNI 20 KG IN OMAGGIO 6 TAZZINE da CAFFE' PRIMA SCELTA INTENSO

LIMONCELLO DI SORRENTO 50CL € 6,49

BOX 25 CAPSULE NESPRESSO COMPATIBILI € 9,00

3 - 29 APRILE

ACQUA&

PIAZZA DELLA REPUBBLICA -

ACQUA& SAPONE RISPONDE

Invia la tua domanda con l'applicazione A&S RISPONDE della nostra pagina Facebook: potrebbe essere pubblicata sul prossimo volantino!

La predisposizione alla cellulite è ereditaria?
Beatrice S. [Tivoli]

Sì, la tendenza a sviluppare la cellulite può essere ereditaria, come il colore degli occhi o la maggiore o minore elasticità della pelle. Secondo gli specialisti, la componente ereditaria si può però contrastare con attenzione, attraverso una buona alimentazione e dello sport, soprattutto per la salute in generale.

Ci sono degli alimenti nella dieta che aiutano a contrastare la formazione della cellulite?
Martina O. [Salerno]

Una dieta per prevenire la cellulite dovrebbe prevedere alimenti ricchi di potassio, come piselli, patate, lenticchie, cipolla, che aiutano a contrastare il sodio, principale causa della ritenzione idrica. Si consigliano anche i mirtilli ed i frutti di bosco, che aiutano la microcircolazione. Tutta la frutta ricca di acqua come anguria, melone, fragole ha azione diuretica e aiuta di più quella con alto contenuto in potassio come albicocca, ananas, kiwi, pesca.

Perché la cellulite colpisce soprattutto le donne?
Valentina V. [Grosseto]

Perché le donne hanno, in particolari zone del corpo (glutei e cosce), una concentrazione più alta di grasso, e quindi di cellule adipose, degli uomini. Questo vale sia per il numero di cellule sia per il volume delle cellule.

Come posso combattere la formazione della cellulite?
Eleonora P. [Spoleto]

Ci sono alcuni consigli pratici che andrebbero seguiti, non solo per contrastare la cellulite: bere molta acqua, limitare l'uso del sole, curare particolarmente la dieta, evitare l'uso prolungato delle scarpe con i tacchi, evitare gli alcolici e fare un po' di attività fisica.

€1.99 -33% €2.98

VENUS CELLU TECH FANGO TERMALE LIPODISCIOGLIENTE ALLE ALGHE MARINE ANTI ROTONDITÀ ... ventre, fianchi, ginocchia monodose tipo professionale - 80 ml - € 24,88/lt

€6.99 -29% €9.80

EQUILIBRA ALOE CRIO-GEL CELLULITE 20% ALOE VERA CONTRO GLI INESTETISMI DELLA CELLULITE 200 ml - € 34,95/lt

€6.99 -35% €10.80

NIVEA GOOD-BYE CELLULITE GEL AGLI ESTRATTI DI LOTO 200 ml - € 34,95/lt

€7.99 -32% €11.80

CLINIANS CELL FORTE PLUS CREMA CONCENTRATA ANTICELLULITE 200 ml - € 39,95/lt

€8.99 -35% €13.90

OLIGOMINERALI DEL MAR MORTO - 500 ml - € 17,98/lt + PANTALONCINO LAVABILE A MANO

€8.99 -30% €12.90

VENUS AQUA SLIMMER ANTICELLULITE SOTTO LA DOCCIA 200 ml - € 44,95/lt

---

€0.99 -50% €1.98

PALMOLIVE GRADUATES DETERGENTE MANI DELICATO BERGAMOTTO & VERBENA / LAVANDA & CAMOMILLA 250 ml - € 3,98/lt

€0.99 -50% €1.98

MANTOVANI RICARICA DETERGENTE LIQUIDO NEUTRO ACCENTO 750 ml - € 1,33/lt

SAPONE®

SEGUICI ANCHE SU: FACEBOOK
www.acquaesapone.it

PIANO DI SORRENTO - DOMENICA APERTO DALLE 9.30 - 13.00

Le tisane aiutano a combattere la cellulite?
Orietta L. [Imperia]

Le tisane diuretiche sono molto efficaci, favoriscono la digestione, quindi anche la pulizia interna dell'organismo. Ogni tanto farebbe anche bene mangiare per un giorno soltanto frutta e verdure per disintossicare il corpo. Scegliete un giorno in cui non lavorate perché sarete meno difficoltà a seguire questa dieta solutore.

Posso seguire delle cure contro la cellulite, creme e affini, durante la gravidanza?
Paola V. [Foligno]

Non consigliamo di fare trattamenti anticellulite durante la gravidanza, perché il corpo è in cambiamento. Si possono però fare dei trattamenti per la circolazione, senza toccare l'addome. A casa usate prodotti che idratano molto per evitare le smagliature.

Esiste un rimedio definitivo contro la cellulite?
Marta S. [Roma]

Parlare di rimedio definitivo è ancora prematuro, ma la scienza e la tecnologia medica ed estetica stanno recentemente facendo notevoli progressi. In particolare, le tecniche della radiofrequenza e della cavitazione stanno dando risultati molto soddisfacenti alle donne che hanno deciso di sottoporsi a questi trattamenti.

€0.99 -50% €1.98

GEOMAR THALASSO SCRUB EFFETTO PELLE NUOVA
con sale marino e oli eudermici - 85 gr - € 11,65/kg

€8.99 -35% €13.90

GEOMAR THALASSO SCRUB EFFETTO PELLE NUOVA
con sale marino e oli eudermici - 600 gr - € 14,98/kg

€8.99 -35% €13.90

GEOMAR THALASSO SCRUB RIMODELLANTE EFFETTO SETA
con sale marino e polvere di caffè - 600 gr - € 14,98/kg

€19.90 -28% €27.90

PUPA AEF MULTIVITAMINA
VOLUMIZZANTE SENO TRATTAMENTO COSMETICO INTENSIVO CON VOLUFILINE - *100 ml*

€5.99 -32% €8.90

NIVEA Q10 PLUS TRATTAMENTO CORPO MODELLANTE PER PANCIA, COSCIA E GLUTEI
200 ml - € 16,87/lt

€6.99 -29% €9.90

EQUILIBRA SCRUB CORPO RIMODELLANTE
con sali marini del Mar Morto, aloe vera, centella, ippocastano, edera - 600 gr - € 11,65/kg

€6.99 -45% €12.90

STAMINALINE
SNELLENTE PANCIA RIDUCENTE INTEGRA
ANTIOSSIDANTE GR CELLULE STAMINALI VEGETALI
200 ml - € 34,85/lt

€0.84 -50% €1.68

MILMIL
BAGNO SCHIUMA ASSORTITO - *500 ml*

€1.99 -50% €3.98

I PROVENZALI
BAGNO SCHIUMA EROBOTICO ALL'OLIO DI MANDORLE DOLCI / TE VERDE / MARSIGLIA - *600 ml - € 3,98/lt*

RESTARE AMICI DOPO LA FINE DI UNA STORIA. SI PUÒ?

Che argomento delicato per tanti che ci leggono perchè rischia di mettere del sale in ferite che stentano a chiudersi.
Una storia che si chiude, dal punto di vista sentimentale, significa qualche volta una storia che si apre sotto il profilo dell'amicizia e della complicità. **Esistono molte coppie che mantengono un rapporto e riescono a rimanere in contatto anche in assenza di figli o affari in comune.** Solo perché continuano a piacersi, a trovarsi simpatici, a voler trascorrere del tempo insieme. Ma non essere più una coppia.
Problemi? Alcuni, a volte abbastanza importanti. Come gestire, ad esempio, l'amicizia con una ex o un ex quando si vive un'altra storia? Quando il nuovo partner dimostra di non gradire la vostra 'amicizia'? Tanto per citare il problema più ricorrente. Per gestire al meglio una storia di amicizia vera tra ex ci sono delle regole, come per tutte le cose, da seguire e tenere bene a mente.

Non permettere che l'amicizia con l'ex sovrasti la vostra attuale storia d'amore. La gelosia del partner è quasi sicura.

Mai e poi mai cedere alla tentazione di riprovare a mettersi insieme come coppia. Non ha funzionato una volta, il rischio concreto è che un altro fallimento spazzi via anche la bella amicizia che siete riusciti a conservare e costruire.
Non permettere che l'amicizia con l'ex sovrasti la vostra attuale storia d'amore. La gelosia del partner è quasi sicura, considerate fortunati se vi lascerà vedere regolarmente l'ex/ora amico ma non tirate troppo la corda. **Il vostro partner attuale deve venire al primo posto e sentirsi tale, il rischio di perderlo è molto ma molto presente...**
Nessuna gelosia per le nuove storie dell'ex ora amico/a. Non dimostrate mai gelosia o di sentirvi in competizione con la nuova fiamma dell'ex. La cosa - almeno sotto quell'aspetto - non vi riguarda più. Se non siete in grado di gestirla allora rimettere in discussione il rapporto di amicizia e prendete in considerazione la possibilità di chiuderlo definitivamente. Il rischio di compromettere non solo il rapporto con l'ex ma anche il suo con la nuova partner è presente, presentissimo.
Niente rancori. Capita a volte di voler mantenere vivo un rapporto con l'ex solo per fargliela pagare, per avere l'ultima parola in una rottura che ci ha fatto soffrire. Un modo per tenere il contatto e poi essere noi a romperlo definitivamente. Se vi sembra che da qualche parte nel vostro cuore trovi posto un sentimento del genere fate un favore a voi stessi prima di tutto. Lasciate perdere.
Queste 'regole' si giocano sul filo del rasoio, e che di conseguenza l'amicizia tra ex è il risultato di equilibrismi a volte al limite del possibile. A questo punto, come direbbe qualcuno, la domanda sorge spontanea: è davvero possibile, nella vita reale, un'amicizia tra ex? E se sì, a che costo? Ne vale davvero la pena?

Pizza a Pranzo

Pollo allo Spiedo

Primi e Secondi Piatti

Pane di Pizza

TUTTI I GIORNI

Pizza EXPRESS

ROSTICCERIA
PIZZERIA

DA OGGI ANCHE
KEBAB
CREPES

PARCHEGGIO
PRIVATO PER I CLIENTI

CORNETTI CALDI
TUTTE LE SERE

APERTO TUTTI I GIORNI

SALA INTERNA

CONSEGNA A DOMICILIO

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

I VANTAGGI DEI COSMETICI NATURALI

Sapete che cosa contengono i vostri cosmetici? Dallo shampoo alle creme, ai profumi ed anche al dentifricio. Dovremmo imparare tutti a leggere le etichette, anche quelle dei nostri cosmetici.

Gli ingredienti contenuti nella maggior parte dei prodotti in commercio hanno lo scopo di fornire al cosmetico determinate caratteristiche, tra queste ci sono il buon profumo, la scadenza e la facilità d'uso. Ogni prodotto cosmetico deve riportare sulla confezione la composizione qualitativa degli ingredienti, anche quelli presenti in minima parte, in ordine decrescente. Leggendo l'etichetta di un prodotto tradizionale troverete all'incirca 30 ingredienti, tra cui alcune sostanze chimiche come la paraffina o i parabeni, che sono considerate inquinanti e possono creare allergie o irritazioni alla pelle. Differenti sono i cosmetici naturali composti per lo più da cere, acque floreali, oli vegetali tutti ingredienti che hanno già di per sé funzioni eudermiche ossia che migliorano lo stato fisiologico della pelle, sono emollienti e nutritivi, ed a differenza dei cosmetici tradizionali contengono circa 10 ingredienti.

Ma quali sono le caratteristiche dei cosmetici naturali?

I prodotti naturali sono creati tramite l'utilizzo di materie prime rinnovabili e vegetali, provenienti da agricoltura biologica o dalla raccolta di piante spontanee, tutte rigorosamente dermo-compatibili che quindi tutelino la salute di chi le usa.

Possiamo anche comodamente preparare creme, shampoo e maschere di bellezza a casa con semplici ricette e qualche ingrediente che troviamo in erboristeria, se non si ha la possibilità di raccoglierlo in natura.

Altro punto fondamentale è l'utilizzo di prodotti a basso impatto ambientale, che non lascino residui tossici nelle acque ad esempio, anche per quanto riguarda gli imballaggi del prodotto.

Le principali caratteristiche sono:

- Presenza di un principio attivo naturale, come gli oli essenziali o estratti vegetali.
- Presenza di eccipienti naturali, come ad esempio olio d'oliva o grassi vegetali e assenza di eccipienti derivati dal petrolio (es. paraffina o petrolatum).
- Presenza di adiuvanti e additivi naturali come ad esempio l'acido citrico, usato come conservante e oli essenziali per la profumazione del prodotto.
- Scadenza a breve termine perché non contengono conservanti sintetici. Di media un prodotto naturale dovrebbe essere consumato in 3-4 mesi e dovrebbe essere conservato in ambienti senza sbalzi di temperatura ed al riparo dalla luce diretta.

I cosmetici naturali sono composti per lo più da cere, acque floreali, oli vegetali, senza sostanze chimiche che possono portare allergie o irritazioni

I benefici per la pelle dei cosmetici naturali

I cosmetici naturali hanno diversi vantaggi, primo tra tutti è quello di non sottoporre il nostro corpo a sostanze chimiche e proprio per questo sono anche meno soggetti a provocare irritazioni e allergie. Nutrono in profondità la pelle, grazie alle proprietà dei diversi principi attivi delle piante, senza seccarla ed aiutandola a mantenere a lungo la bellezza e a conservarne lo stato di benessere.

Ogni persona dovrà trovare il rimedio o meglio, il principio attivo più adatto alla propria pelle, che sia normale, grassa, secca e occorre tenere in considerazione anche il clima. Per esempio in inverno sarà più indicata una crema che riequilibri l'idratazione mentre in estate un cosmetico che protegga dai raggi UV e che abbia un'azione rinfrescante e lenitiva.

Cosmetici naturali fai da te

Oltre ai numerosi cosmetici naturali in commercio è possibile provare a realizzare a casa i propri cosmetici naturali. Ecco due semplici ricette:

Crema naturale per il viso

Ingredienti per 75ml

- 1 pezzetto di cera d'api (grande come una nocciola)
- 3 cucchiai di olio di sesamo a freddo
- 1 cucchiaio di acqua distillata di fiori
- 15 gocce di olio essenziale alla lavanda

Mettere la cera in un pentolino a bagnomaria. Quando la cera sarà sciolta aggiungete l'olio e quando il tutto sarà ben amalgamato togliete dal fuoco. Fate raffreddare mescolando di continuo e quando il composto si sarà raffreddato aggiungete l'acqua di fiori goccia a goccia e mescolate rapidamente, per ultimo aggiungete l'olio essenziale e girate il composto. Conservate la crema in frigo in un vasetto a chiusura ermetica ma ricordate di consumarla in 4-5 mesi.

Shampoo rinforzante alle erbe aromatiche

(è uno shampoo riattivante e anticaduta, adatto per stimolare la crescita dei capelli)

Ingredienti

- 200 ml di shampoo delicato
- 50 ml di olio extra vergine di oliva
- 8 gocce ciascuno dei seguenti oli essenziali: basilico, salvia, rosmarino

Versate lo shampoo in un flacone pulito o in una bottiglietta di vetro scuro, aggiungete l'olio e gli oli essenziali, tappate e agitate energicamente. Si conserva a temperatura ambiente per 3-4 mesi.

AUTOSTIMA

L'autostima è la consapevolezza che un bambino ha (o non ha) del proprio valore agli occhi del mondo che lo circonda (genitori, parenti, insegnanti…). La si costruisce, passo dopo passo, sin dai primi giorni di vita del piccolo e ha a che fare con il rapporto che i genitori riescono a instaurare con lui, con la loro capacità di infondergli, ancora neonato, sicurezza e fiducia in se stesso e negli altri. Non si tratta, quindi, di una componente genetica che i bimbi ricevono per via ereditaria. Dipende, invece, dal vissuto di mamma e papà, dal loro trascorso, che potrebbe renderli, senza che ne abbiano consapevolezza, ansiosi, irritabili, iperprotettivi.

AUTOSTIMA: SI COLTIVA DA PICCOLI…

Affinché un figlio acquisisca fiducia nelle sue possibilità è indispensabile che mamma e papà per primi prendano coscienza del fatto che il bambino non è un loro prolungamento e si interroghino su quale sia stato il loro passato (che infanzia hanno avuto, come sono stati i loro genitori, da quali insicurezza sono mossi). Quest'indagine nei meandri del proprio vissuto è il primo passo da compiere per non affossare il bimbo con il peso di aspettative troppo rigide e dettate da motivazioni che, in realtà, non lo riguardano. **Spesso, infatti, capita che genitori che da piccoli hanno ricevuto poco valore sono più portati a trasmettere al bambino scarsa stima di sé e delle sue capacità, divenendo, inconsapevolmente, la causa principale della sua insicurezza e della sua perdita di fiducia.** Queste caratteristiche comportamentali che si affermano nella prima infanzia (è entro i 6 anni, infatti, che la personalità si costruisce e si forma), potrebbero sfociare verso i 12, anni con il risveglio che segue al cosiddetto periodo di latenza, nei problemi e nei disturbi dell'adolescenza. **Un bambino privo di autostima, che non crede nelle sue potenzialità, potrebbe diventare un adulto depresso, incapace di adeguarsi alle regole della società e di realizzarsi come persona.**

PSICOLOGIA IN PILLOLE: QUATTRO CONSIGLI PRATICI

Genitori separati: la separazione di mamma e papà, che il bambino vive colpevolizzandosi per l'accaduto, costituisce indubbiamente un problema per la costruzione della sua autostima. **L'insicurezza nasce, in questo caso, dal sentirsi responsabile e impotente di fronte a qualcosa che appare come inevitabile e che il bimbo non riesce a spiegarsi.** Il consiglio è di tranquillizzare il bambino ascoltando la sua rabbia; spiegandogli chiaramente che sono cose che succedono; fargli capire che, qualunque cosa accada, l'affetto che mamma e papà provano per lui non verrà mai meno e non deve essere messo in discussione.

Mamma e papà che lavorano: genitori assenti, oberati di impegni e impossibilitati a trascorrere in casa, con i bambini, le loro giornate. Un problema? Un rapporto equilibrato

non dipende dalla quantità di ore investite e, quindi, dal tempo passato insieme, ma dalla qualità dell'investimento. Madri (e padri) "fantasmi" che, però, riescono a trasmettere sicurezza ai propri figli, che vivono serenamente la loro assenza senza sensi di colpa e senza incertezze, sono talvolta da preferire a genitori onnipresenti ma dubbiosi, scontenti di sé e non realizzati.

Genitori troppo severi: genitori troppo severi sono schiaccianti per il bambino e non lo aiutano ad acquisire fiducia in se stesso. È importante nel rapporto genitori-figli creare un equilibrio all'interno del quale buono e cattivo, dolcezza e rabbia, siano dosati e si integrino. Spesso capita, invece, che mamma e papà non siano soddisfatti del comportamento del loro bimbo perché questo non corrisponde esattamente alle aspettative che si sono fatti su di lui. I bambini devono essere lasciati liberi di sbagliare e vanno capiti nelle loro manifestazioni. Se qualcosa non va, anziché limitarsi a colpevolizzare il piccino ("sei uno stupido" oppure "sei un bambino cattivo!" o ancora "non sei capace"), bisognerebbe cercare di comprendere ("Perché hai fatto questo?", "Cosa ti passava per la testa?").

Coccole: non si esagera mai: non sono mai troppe. Coccolare, accarezzare, abbracciare… sono gesti d'amore che fanno sentire amato il piccolo e lo fanno sentire importante agli occhi dei genitori. **Non bisogna, quindi, aver timore di esagerare per paura di viziare il bimbo.**

L'affetto, al contrario, va sempre manifestato, soprattutto con i piccolissimi, per i quali è il più forte tramite di comunicazione con il mondo degli adulti. Nel caso specifico di un neonato, poi, sono proprio i gesti più semplici, quelli attraverso i quali la mamma gli manifesta il suo amore, ad assumere importanza e a infondergli sicurezza. Già nei primi anni di vita, infatti, il bambino sa quanto i suoi genitori si stimino e in base a questa consapevolezza inconscia costruisce la sua identità, la fortifica e l'afferma. **Una mamma ansiosa, per esempio, non può che trasmettere ansia al suo bambino, così come una mamma nervosa, tesa, assente non può che creare un distacco con il figlio** togliendogli quello spazio di cui ha bisogno per crescere forte ed equilibrato.

Un rapporto equilibrato non dipende dalla quantità di ore investite dai genitori, ma dalla qualità dell'investimento.

VESTITI CHE SNELLISCONO

10 CONSIGLI PER APPARIRE PIÙ SNELLE GRAZIE ALLA SCELTA GIUSTA DELL'ABBIGLIAMENTO.

Forse ti è capitato qualche volta che qualcuno ti dice di vederti ingrassata (non è affatto divertente!), mentre qualcun altro, magari solo il giorno dopo, sostiene che sei dimagrita. Questo succede perché con il giusto abbigliamento puoi fare più di quello che pensi. Per questo motivo è importante chiedersi sempre che effetto si vuole ottenere con un abito, un vestito. Non basta che il vestito scelto ti piaccia. Deve anche donarti. Deve farti apparire più snella (o più piena). Deve camuffare piccoli difetti e accentuare i tuoi punti di forza. Deve farti sembrare più alta (o più bassa).

1. Non scegliete dei vestiti troppo aderenti

Vestiti stretti o aderenti non fanno altro che accentuare i chiletti di troppo. Evitate perciò gonne e pantaloni (troppo) stretti, ma anche le t-shirt e le magliette strette. **Siate oneste e ammettetelo con voi stesse se un indumento è diventato troppo piccolo.** Mettetelo via e aspettate finché avrete ritrovato la forma di prima. Non lamentatevi, ma prendetene spunto per mettervi a dieta, o per semplicemente mangiare un po' di meno.

2. Evitate vestiti troppo larghi

I vestiti troppo stretti possono essere controproducenti per chi vuole apparire alta e snella, ma lo sono anche i vestiti larghi. **Perché quello che volete è creare una silhouette alta e snella.** E non lo farete di sicuro con abiti svolazzanti e voluminosi.

3. Scegliete la misura con cura

Quando comprate un capo, non scegliete a occhi chiusi la misura che indossate sempre, ma provate anche la misura più grande o piccola per essere sicure di aver trovato la misura che vi dona di più. Fatene una buona abitudine di portare sempre varie misure nel camerino da prova. **Soltanto confrontando le varie misure, una con l'altra, saprete scegliere il capo che vi veste al meglio.**

4. Il nero snellisce

Tutto lo sanno, ma lo ripetiamo volentieri: il nero snellisce. Ma anche con gli altri colori scuri (blu navy, marrone, verde scuro) potete ottenere ottimi risultati. **Per un look 'tutto snellente' optate non soltanto per una gonna o un pantalone scuro, ma anche per una camicetta o maglietta scura.**

5 Optate per materiali 'snelli'

Anche i materiali giusti aiutano. **Evitate materiali 'pieni' e 'voluminosi'** come il tweed o il velluto, ma scegliete materiali lisci, in tinta unita.

6 Le righe verticali smagriscono

Le righe verticali vi fanno sembrare più alte e perciò più snelle. Le righe orizzontali lavorano nella larghezza. Se optate per una riga, assicuratevi perciò di optare per le righe verticali. **Ma questa 'regola' non vale soltanto per le righe.** Una collana lunga, per esempio, fa sembrare più lungo (e perciò più snello) il busto. Così come un collo a V.

7 Giocate con le lunghezze

In fin dei conto lo abbiamo già detto: vestirsi 'snelle' vuol dire soprattutto vestirsi 'alte'. Più alta = più snella. E tutta una questione di proporzione (tutta la moda è una questione di proporzioni). **Scegliete i vostri pantaloni lunghi, dunque non appena sopra la caviglia o poco oltre, ma ampiamente lunghi.** Anche i pantaloni o le gonne con la vita alta rendono più alte e dunque più snelle.

8 Via libera ai tacchi alti (o medio alti)

Così come un pantalone della giusta lunghezza, anche i tacchi rendono più alte e snelle. **Dunque optate, occasione permettendo, per i tacchi.**

9 Siate realistiche...

Non seguite ciecamente tutti i trend e le tendenze che gli stilisti ci propongono. Scegliete soprattutto quei vestiti che vi donano, anche se la moda del momento è tutta diversa. **Un buon esempio sono i top e gli abiti a vita alta e arricciata.** Stringono il seno e si allargano verso il basso. Sono divertentissimi, ma difficilissimi. Se ciò nonostante volete portare un top stile 'impero', abbinatelo in ogni caso con una gonna o un pantalone 'snellente'.

10 Conoscete i vostri punti deboli

Conoscere i propri punti deboli - e camuffarli - è uno dei più grandi segreti di vestirsi bene e snelle. Se trovate i vostri polpacci troppo grandi, ma avete cosce snelle, allora accentuate la parte superiore della gamba e camuffate i polpacci, optando per un pantalone che soltanto dal ginocchio in giù si allarga leggermente. **Se avete delle caviglie non troppo sottili, allora un pantalone lungo è l'indumento più adatto a voi.** Se portate una gonna, evitate laccetti intorno alla caviglia. Un abito leggermente svasato è ideale per camuffare fianchi o un sedere troppo pieni. Scegliete dunque sempre con intelligenza i vostri vestiti... per apparire più belle e snelle.

di Stefano Maresca

NEL FAVOLOSO MONDO DI EDINSON...

Era un giorno di San Valentino sicuramente speciale quello del 1987 quando a Salto, in Uruguay, venne al mondo Edinson Cavani; curiosamente la sua vita comincia con un errore, alquanto marchiano, da parte di un impiegato ufficio anagrafe che da Edison (nome scelto dai genitori in ossequio all'inventore della lampadina) lo trasformò in Edinson…
Fu però quello l'unico sbaglio legato all'infanzia di Edison che crebbe nella tranquillità familiare rubando il mestiere a papà, anch'esso discreto calciatore e figlio di immigrato italiano.
Al compimento dei dodici anni ragazzo e famiglia si trasferiscono a Montevideo, dove da subito El Botija comincia a farsi notare nelle giovanili del Danubio. Dopo l'ovvia trafila, debutta in prima squadra nel Clausura 2006, risultando da subito decisivo e addirittura protagonista l'anno successivo, quando il Danubio si aggiudica il titolo di Apertura 2007.
Nonostante i 19 anni ormai compiuti Edinson mantiene l'aspetto di un bambino con le sue gambe strette e quelle spalle piccine, tanto è vero che lo soprannominano El Botija, in uruguagio, appunto, il bambino.

IL SUO NOME DERIVA DA UN ERRORE DI UN IMPIEGATO DELL'UFFICIO ANAGRAFE. SUO PADRE VOLEVA OMAGGIARE L'INVENTORE EDISON

Pochi immaginano che, di lì a poco, quel bambino dall'aspetto tenero si sarebbe trasformato nell'implacabile El Matador, soprannome sì questo azzeccato con il quale Edinson è oggi riconosciuto.
Matador si mette in mostra anche nella propria nazionale under 20 (10 gol in 14 match!!) e non ci mise allora molto il vulcanico Zamparini, tra un esonero e un altro, a portarlo alla corte Palermitana.
Il fatto che al suo esordio in Serie A segni uno straordinario gol da fuori area alla Fiorentina costituisce un altro indizio: attenzione campionissimo nei paraggi!
Le prime stagioni palermitane passano a corrente alternata, tra qualche prodezza e qualche panchina di troppo per Edinson, cui dopo il nome ora avevano cambiato anche il ruolo, che barba,esterno offensivo nel tridente Guidolin con Amauri e Miccoli, praticamente una fascia intera da fare su e giù!
Ma la stagione 2008/2009 comincia nel migliore dei modi per Cavani, tre volte a segno nei primi 4 incontri e complessivamente 14 volte in tutto il campionato; nel torneo successivo, passando da un mister all'altro, altri 13 centri in 34 presenze per un bottino complessivo in maglia rosanero di reti 37 in 117 incontri.
In contemporanea con quello calcistico percor-

BACK TO NATURE
GIACCA P8 THE NORTH FACE

IN ESCLUSIVA NEI NEGOZI INTERSPORT

GIACCA UOMO DONNA IDEALE PER L'USO QUOTIDIANO IN CITTÀ E OUTDOOR

- **IMPERMEABILE** e **TRASPIRANTE**
- membrana **THE NORTH FACE HyVent®** per massimo comfort e resistenza
- **CAPPUCCIO REGOLABILE** a scomparsa

www.intersport.it

99,95 euro

SKIPPERSPORT®
Corso Umberto I,14-18 Vico Equense - Tel. 081 8027270

INTERSPORT®
SPORT TO THE PEOPLE

reva un altro sentiero Edinson, sposatosi nel 2007 con la sua prima fidanzatina Soledad e lanciato alla rincorsa spirituale di Kakà e altri grandi dello sport definiti "Atleti di Cristo".
Anche per questo è bello raccontare di Cavani, l'antidivo per eccellenza, lontano anni luce dalle disavventure di BadMario Balotelli o da Cassanate varie ed eventuali; nella sua biografia Edinson invita tutti noi a seguirlo nel suo mondo dove solo Cristo è la risposta, la speranza, la fede.
Ora, al di là delle preferenze cristiane,è bello vedere persone che si aggrappano alla fede e che ancora credono in qualcosa, dando cosi speranza a tutti.
Indipendentemente dalla vostra fede religiosa El Matador vi avrà sicuramente ridato speranza se appartenete ad un altro tipo di setta, quanto mai numerosa e legata ad un'altra imprescindibile fede, ossia quella legata ai colori biancoazzurri.
E' l'estate del 2010 quando Edinson, dopo un ottimo mondiale, viene acquistato dal Napoli per 17 milioni di euro pagabili in 4 anni. Bruciata sul filo di lana l'Inter, inizialmente in vantaggio ma mai troppo convinta del giocatore; De Laurentiis ringrazia e porta a casa.
Difatti esplode clamorosamente il bomber urugagio, riproposto da Mazzarri nel suo ruolo naturale e autore di 26 reti in campionato e 7 in Europa league con udite udite quattro triplette di cui una storica alla Juventus.

Cavani si promuove all'attenzione di tutti gli addetti ai lavori per la sua duttilità tattica e la sua incredibile condizione atletica, che gli permettono di occupare tutti i ruoli del tridente offensivo senza nulla perdere in fase realizzativa.
Per queste sue caratteristiche è spesso definito un attaccante atipico, in quanto è francamente difficile trovare un calciatore con caratteristiche quantomeno analoghe.
In virtù di tutto ciò El Matador nel maggio 2011 viene innalzato a idolo partenopeo alla stregua di Lavezzi, cui aveva osato chiedere la maglia n°7 (ottenendola,fra l'altro) rischiando l'accusa di lesa maestà.
Lo straordinario rendimento dei due, unito chiaramente a quello del resto della squadra, garantisce al Napoli una storica qualificazione alla Champions League 2011/2012, cui gli azzurri dopo un sorteggio da brividi prendono parte in maniera assolutamente convinta facendo dapprima davvero rabbrividire gli inglesi (pari a Manchester, segna sempre lui), infine gelandoli con la vittoria in quel di Villareal; peccato che a mettere fine ai sogni partenopei siano poi stati altri anglosassoni, i "blues"del Chelsea, ma considerando si trattava in pratica di un esordio, nulla da rimproverare all'undici di Mazzarri.
E su Edinson cos'altro aggiungere? L'attuale stagione, dopo un inizio un po' altalenante con "solo" una tripletta al Milan (e sono 5) e un calo fisiologico assolutamente prevedibile e comprensibile, sembra essersi rimessa sui soliti binari, con cinque reti in Champions e la ventina già in vista in campionato.

E' L'ESTATE DEL 2010 QUANDO EDINSON, DOPO UN OTTIMO MONDIALE, VIENE ACQUISTATO DAL NAPOLI PER 17 MILIONI AL PALERMO

Agriturismo
L'Angolo di Paradiso
www.angolodiparadisosorrento.it
...per
i Vostri Eventi...
Via Monticello, 2 - c/o Corso Italia, 333 A - Sorrento
Info e prenotazioni: 338 24 71 045 - 081 878 4213

L'Incantesimo
Regalati una magia...
Bomboniere
Articoli da Regalo
Buona
Pasqua
Vi aspettiamo per le
nuove proposte
2012
Via San Ciro,36 - Vico Equense (NA) - Cell. 3388942792 - l.incantesimo@live.com

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

Sms pervenuti in redazione entro il 1 aprile 2012

SMS DAI LETTORI

INVIA I TUOI SMS AL NUMERO 380.3067686

Vogliamo tornare a Canterbury ...una settimana fa era tutto diverso *_____*SiMo & Cri <3

****

Giusyyy!

****

X g, il macellaio della macelleria in Moiano ..... 6 bellissimo !!!

****

Peppino di Moiano 6 troppo cool !!!By una tua fan

****

La vida es una colecciòn de recuerdos -----> nell'ora di spagnolooo S.C. :D

E cercamos de coleccionar bei recuerdos.... Scritto bene???

****

Cri...Ti voglio bene <3SiMo

****

Luca m ti amo da impazzire by bionda 97 <3

****

Si ho incontrato già un ossicino :O nuo ecco che arriva ank una banana! Sconfitta! Si salvi chi può ora è arrivata anche una pera! Ecco ben fatto! ..Nooo ecco qui mela la regina di tutte le mele Melinda! Uccha cha wachaca! Sconfitta! ..ed ecco a voi una bella macedonia da poter gustare da soli o con amici e barboni :)

****

[..*Nootte*..]

****

Se guardi io ma sarei stato qui solo a rimpiangerti coosì...<3

****

Piccolo bradipo femmina cerca piccolo bradipo maschio per vivere in modo bradipesco e poter governare il mondo ma ricorda che il capo sono io! :)

****

T. M. di Termini da qnd ci siamo conosciuti la mia vita ha cambiato tanto. Anche se ti dissi che non te l' avessi mai detto ora lo dico: ti voglio bene!!!

****

Più bella cosa non c'è...più bella cosa di te… Grazie d'esistere <3 ~ 12/06/11 ~

****

Ma Ciaooo :D

****

Aah si m sfastirj..K taggia cumbinàà!! ;)

****

La mia è la cognata più bella e brava del mondo <3

****

~Con il mio Amore <3 P+G~

****

~E dopo una stessa giornata di monotonia si va a nanna! Buonanotte <3~ P&G :-)

****

Io a scuola non ci voglio andare :/ Buongiorno! P+G <3

****

... Se Mi Innamorassi Davvero, Saresti Solo Tu L'Ultima Notte Al Mondo Io La Passerei Con Te... *.* <3

****

Te gusta o pesce spada..taccati a sto brò ;-)

****

Mi manchi anke ieri siamo stati vicini x me 6 inportante bunny

****

Essere gelosi di un qualcosa che non è più nostro è una cosa orribile D:

****

M g di arola sei bona

****

~Buongiorno <3~

****

A) Tutti quanti ti odiano B) qualcuno ti sogna ogni notte C) Il/la tuo/a ragazzo/a ideale è biondo/a D) qualcuno ha voglia di te E) qualcuno Ti ama F) qualcuno è extracotto di te!invia questo messaggio a 10 persone e se te ne tornano:1 = A 2 = B 3 = C 4 = D 5 = E 6 = F Attenzione SI RITORNO. se spezzi la catena avrai per l'eternità sfiga in amore amicizia scuola Famigliarinvia!:)

****

di ritorno da foligno..al di la del risultato!

****

Sono innamorata di un ragazzo che a malapena considera che esisto... Cosa devo fare?

Non perdere tempo con chi non ti prende nemmeno in considerazione. Cerca un ragazzo per il quale sei la persona più importante della sua vita.

****

Salve reda! Che ne direste di abolire il grande fratello? :)

No comment... uhmm, anzi ci sarebbero molti comment da fare, ma preferiamo lasciarli fare a voi lettori

****

G e (che lavori da gildo) sei uno Str…o, un bellissimo Str…o :)

****

Oggi 5/03/2012 un anno e 3 mesi CN il mio amore Patryk R dalla tua sterlina luminosa

****

un saluto affettuoso a maddalena di benevento da alessandro da sorrento

****

Buongiornooooo!!XD!!

****

Non voglio studiaree :-(

Ciao..

****

Ciao

****

Tutto bene?

****

No

Perchè?

****

Perchè sì -.-

****

Che senso ha? Bo U.u

****

Quando uno nn ha nnt da fare...!!! xD

****

Giorno!Redazione,se vorremmo dare una mano per pubblicare una rubrica per quanto riguarda l'articolo sui giochi della rockstar ecc come funziona? :)

E' semplice: basta mettersi in contatto con l'indirizzo di posta elettronica della redazione che trovi indicato nella gerenza. Fai presto, abbiamo avuto già altre proposte e stiamo valutando la migliore.

****

Giornate bellissimeee,adoro il sole! :D

****

Leggimi graaaaatis! Come faremo senza di voi?! :D

Grazie cari lettori... e noi come faremo senza di voi?!Siete il nostro più grande successo

Comincerà con qualche scusa scemaE il tuo sorriso gli sorrideràTi chiederà di uscire sotto voceE sotto voce gli dirai di sì..Confiderai all'amica tua piú caraTutte le cose che farai con luiT'adduorm co'telefono vicin'E quann'squill che felicità...Crescerai con lui Juorn pe juorn d'int e vas ca t ràTarderai con lui Pe colpa sua farai la guerra con papàPiangerai per luiPe na bucia ca nun t sap raccuntàMorirai per luipa gelusia ca v fa semp appiccicàTroverai la pace in un abbraccioEd un bacio ti perdoneràCorrerai da luiQuando ti sentirai un pò giúParlerai con luiE lui ti stringerà di piùCercherai cn luiNu post rint a tranquillitàRiderai con luiE un nuovo giorno nasceràRint o cammin e l'ammorT spugliarraje senza scuornE rint o liett do benTu piangerai di verginità...Comprerai con luiLa prima culla e il biberonT'amerà di più quando diventerà Papa'sfoglierai con luiLe foto della gioventúE nasconderai la prima ruga dell'etàRint o cammin e l'ammorAvrai una casa e un lavoroGiorni di pioggia e di soleed una stella nel cuore..La nostra canzone :)Ti Amo Amore <3

****

Auguri donneeeeee :D

****

A chi nasconde i problemi dietro un sorriso, a chi si sforza di migliorare le giornate altrui, a chi compie gesti pieni d'amore, a chi non pensa solo a se stessa, a chi è speciale ed è felice di provenire dal pianeta sensibile di Venere.. TANTISSIMI AUGURI Anche Oggi, Un Giorno In Più Per Festeggiare!

****

Luigi E. Mi hai proprio delusa...:(

****

...Tu eri tutto, tutto quello ke volevo eravamo fatti x stare insieme,sembrava così...

****

Buongiornooooo!!XD!!

****

Si tu vuò ben a me... E io vogli ben a te..Xk nun o kiammam ammor...Pino G.... (Da Lorenza....) <3<3<3 ciao a tutti...Mu@

****

Quando due persone si voglio veramente bene non riescono a stare lontane *.*

****

A Sorrento con Vika e Martina E di Sant agnello... Vi amooo... <3

****

Buongiornooooo!!XD!!

****

Domenicoo<3G. si bell pop<3

****

Anche se nella vita voltandomi un mattino io nn ti troverò accanto a me basta soltanto la tua felicità lo conosco il tuo odore credevi che oltre i monti ci fosse un giardino e invece hai trovato soltanto il fango di una città. Io non posso giurarti che questo amore ti salverà e non posso aspettarmi che la ferita si chiuderà a me basta darti speranza. *___* grazie piccolo mio x la canzone. ti amo tanto <3 <3 G+R

****

Buongiornooooo!!XD!!

****

Ci manchi kika *O* <3 Ohww

****

-.-"

****

(-.-) in una faccina c'e il mio stato d' animo

****

Buongiornooooo!!XD!!

****

Ciao Wally e Manu! :D ♥

****

Ciao Manu <3Ciao Vale <3 Ciao Rosario :/

****

Ciao Wally..ciao Vale <3

****

Grande chelsea ahahah. Napoli m…a(y)

****

Scherzavo Forza Napoliiii..!!

****

Scooooosa hai una caramella sfooosa ?? :>

****

CARLOTTA D P NN LO DR A NNX MA SN PAZZO D TE 6 FANTASTIKA MAMMAMIAA.. (vi presento due gemelle daaa C.D.S.) by gerry scotti

****

Buongiornooooo!!XD!!

****

Ora che sei,dovunque 6,ki sa se ti arriva il mio pensiero..buongiorno genteee! Finalmente si parte..trieste TREMA!

****

~♫ Eri Solo Da Incontrare Ma Tu Ci Sei Sempre Stata♥
~BuonGiorno ♥

****

Sono appena tornata da un pomeriggio passato al mare con il MIO amore, sono stata davvero bene con lui, era da tanto che nn stavamo così bene. Scusa se a volte sono pesante e nn ti ricordo quanto ti amo! <3 non vedo l'ora di fare un anno e mezzo insieme a te. Vale & Peppe:D

****

Quando litighiamo sto male perché vorrei che tutto andasse perfetto, che tutto fosse come nei film, che tutto quello che sta succedendo in quel momento è solo un brutto sogno, ma invece quando non siamo litigati SONO LA RAGAZZA PIÙ FELICE DEL MONDO.... Ti amo G.M. Sei solo mio <3

****

Ti amo giovanni da morire ti penso dalla mattina alla sera by vittoria g 5ts -_-<3

****

E adesso si va al battesimo di Gabriel.... *____*

****

Gennaro D sei un freskoneeeee..... =P

****

Ogni volta che ti vedo spero sempre ke tu mi chieda di stare insieme ma mi sbaglio ti prego aiutami a realizzare questo mio desiderio;(kiss

****

E vorrei baciarti ma non posso... Ti sogno tutte le notti!!!! Sogno ke tu mi baci e vorrei ke questo sogno diventi realtà... Ti prego fai tu la prima mossa xke io non tengo il coraggio... TI AMO DA IMPAZZIRE E NON VIVO SENZA TE... <3 By 96

****

Quant'è dolce il mio amore che dorme..sentire il suo respiro sulla pelle..una sensazione inspiegabile *-* Ti Amo Amore! G+G <3

****

... Bellissima giornata... Filone alla spiaggia di meta... Sperando ke nn ci sgamano... Sarah... Erika...Sonia...Monika... <3

****

Come è stano, stare in macchina, mentre sei fermato nel traffico, guardandoti attorno e notare che dall'altra parte della corsia c'è una fila di macchine, con alla guida: coppie, di tutte le età..! Non una sola single, triste, delusa come me! Che schifo, li trovo tutti io gli sfigati, che non sanno come comportarsi, e che quando decidono di lasciarti cosa fanno?! Ti scrivono il solito sms di addio, elencandoti tutte le tue doti! Ma per piacere, se ero così perfetta come scrivi, perché mi hai lasciato? La cosa che mi fa rabbia è che sono stata un' idiota a stare con un emerito cretino come te! Spero che la ruota della felicità un giorno giri anche dalla mia sponda, anche solo per la bella faccia tosta di sbattertela in faccia ! Da una ragazzina che riceve un affettuoso messaggino di addio da un maturo e vissuto MAGGIORENNE!!

****

Vorrei sapere se esiste un ragazzo che si perderebbe la partita del Napoli per stare cn la sua fidanzata...!??

Bella domanda. Siamo curiosi di conoscere le risposte...

****

Ti amo! <3

****

Tony g di meta, sei troppo bello. Sei il cameriere più bello della penisola. Sei come un flan: fuori sembri duro e misterioso, ma dentro hai un cuore tenero e dolce... Anzi no, sei come t. Silva: IMMENSO. Sbarramelooooooo!

****

Quando stavo con lui tutto era più bello.. Mi bastava la sua presenza per dimenticare tutti i miei 'problemi'.. Bastava un suo abbraccio o anche un suo semplice 'Buongiorno' a migliorarmi la giornata.. Ma ora.. Quando ricordo tutti i bei momenti trascorsi insieme, la malinconia mi è vicina.. Facendomi sentire ancora peggio di come sto.. Facendomi sentire ancora di più la sua assenza.. Credevo tanto in quel 'NOI', forse troppo.. Ma è stato lui, con le sue dolci parole a illudermi.. Beh, ed ora non mi rimangono che tristi ricordi accompagnati da tante lacrime.. Vorrei che lui fosse ancora qui, vicino a me, abbracciandomi e baciandomi.. Facendomi provare quelle emozioni che solo lui era capace di farmi provare.. Ti Amo Ancora J. <3

****

Ma Quanto È Bello? Quanto? <3

****

La Coincidenza Ci Farà Incontrare E Chiamalo Destino Quel Percorso Naturale <3!

****

Non sentirsi più le gambe dopo una sfrenata a un compleanno di +18..è da me! :/

****

Hei, mi chiamo Marica e sono di Vico Equense, potete pubblicare un articolo che parla dei "ONE DIRECTION"? Grazie :)))

Ti accontenteremo al più presto

****

Luca M ti schifo..cresci!

****

Meglio soli che male accompagnati!

****

Dicono che chi trova un' amica trova un tesoro io ho trovato te che vali più dell' oro!<3 Antonino D L I<3U!!<3

****

Buongiornooooo!!XD!!

****

UN GRANDE TVTTTB ALLA CLASSE 1A DELL'ISTITUTO SAN MARCO.... <3

****

Gina s..... ti amo di bene ..... <3<3<3<3:-P by 97

****

Raffa & Gina x sempre sorelle :-D

****

Raffa de simone ti volgio un mondo di bn... E tu lo sai, oggi a scuola eri bellissima con quella treccia.... Tvtttttb <3 By Una Tua Ammiratrice!!!!!

****

X la redazione kiss kiss :-D

KISS KISS DOPPI E SPECIALI PER TUTTI VOI

****

TI AMOOOOO PICCOLII SI TUTT A VITA MIJ! :** BY FARFALLINA X P

****

Buongiorno :*

****

<3 TI AMO CUCCIOLO MIO <3

****

Stefano F 6 il nostro fratellone ti vogliamo in mondo di bn by le tue sorelline <3

****

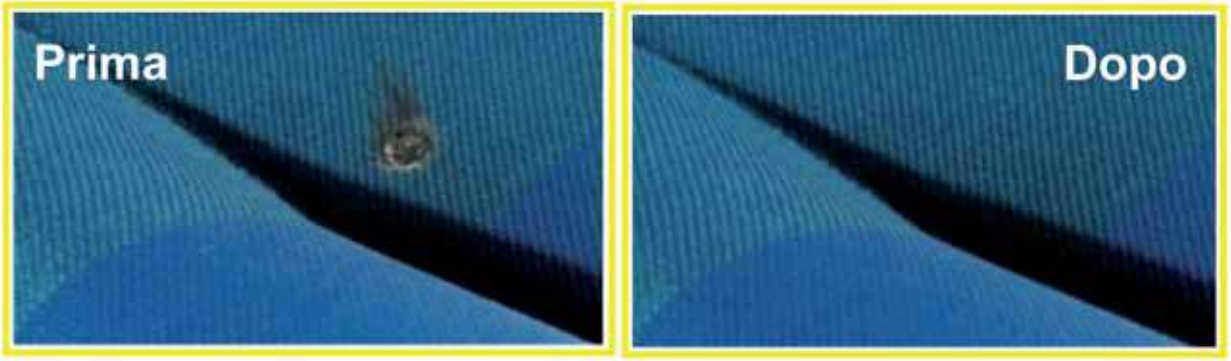
Even if you suck...I miss youG.

AUTOCARROZZERIA

GIOVANNI TIZZANO

Piccoli fori o tagli nella tappezzeria rovinano l'estetica della tua vettura?
Ora non più!
Grazie all'Autocarrozzeria Giovanni Tizzano e il suo innovativo

SISTEMA DI RIPARAZIONE PROFESSIONALE DEI TESSUTI



Grazie al quale le parti danneggiate possono essere riparate in breve tempo a costi minimi e senza dover smontare e rimontare i rivestimenti

Inoltre l'Autocarrozzeria Tizzano Giovanni offre servizi di:

- Preventivi gratuiti;
- Pratiche assicurative;
- Gestione del sinistro;
- Auto di cortesia;
- Supporto per soccorso stradale;
- Garanzie sulle riparazioni;
- Ritiro e consegna del veicolo a domicilio;
- Riparazione rapida di piccoli danni in 24h;
- Trattamento idrorepellente per parabrezza basato sulla più avanzata nanotecnologia;
- Trattamento idrorepellenti di interni;
- Pulizia e riparazione di interni (piccole bruciature, strappi, ...)
- Igienizzazione degli interni
- Sostituzione e riparazione rapida dei cristalli (parabrezza, lunotto, ...)

Via del Mare 22/A/B 24, 26 - 80067 Sorrento (Na)
carrozzeriatizzano@interfree.it - Tel. 081 877 12 84

Motofficina srl

Vendita - Assistenza - Ricambi Moto

FINO AL 31 MAGGIO

HD EVO 200

~~€ 3.125,00~~

€ 2.525,00

CHIAVI IN MANO
CON ROTTAMAZIONE*

I ♥ SYM

HD EVO 125

~~€ 2.825,00~~

€ 2.325,00

CHIAVI IN MANO
CON ROTTAMAZIONE*

* PER CHI ACQUISTA CON FINANZIAMENTO

CONCESSIONARIA SYM Engine of Life

SANT'AGNELLO - CORSO ITALIA, 1 - Tel/FAX 0818774712

E-Mail: motofficina@tiscalinet.it - motofficinaricambi@tiscalinet.it

Piscio bello mio Ti voglio bene ... Hhhhhhahhh Terè si scem

****

Io non giudIco nessuno , I ho imparato .. Redazione perchè la gente non si fa mai i fatti dei suoi e rompe sempre??? Non cè la faccio più

Purtroppo per loro, certa gente non ha niente di bello da fare nella propria vita, non hanno soddisfazioni, gioie, e quindi sono invidiosi e soffrono nel vedere gli altri che invece sono felici e pieni di gioia.

****

Giandomenico V e Raffaele S, da quando vi abbiamo conosciuto sieti diventati 2 persone IMPORTANTISSIME per noi... Siete 2 persone sincere e speciali, e sappiate ke se un giorno la nostra amicizia dovrebbe finire noi nn vi DIMENTIKEREMO MAI E RESTERETE SEMPRE NE NOSTRI CUORI... <3 BY 2 ragazze ke conoscete...

****

Buonappetito *-* P+P =BIP

****

A volte lascio aperta la porta di cameretta sperandoti arrivare magari di tutta fretta! Non pretendo nulla non pretendo tanto, voglio solo avere la mia principessa qui al mio fianco!! Tu mi sembri sincera, metterei me stesso in gioco e se magari mi sbaglio avrò giocato col fuoco... E mi dispiace magari se sn troppo sincero, e ke pultroppo credo ancora nell'amore quello vero. Quella sera quel sorriso e quello sguardo l'ho cercato : tu ballavi io fermo incantato... E bastao un momento, un momento soltanto, per desideranti ma davvero tanto!! Io lo so ke hai paura, con mille perche ma davvero nn voglio fare a meno di te!! Tu mi piaci tanto voglio viverti intenso. F.....o alle pare ke ancora ripenso!! Ora ti prego, non mi scapar via... Non aver paura di questa piccola pazzia!! Perchè in fondo la vita si vive rischiando e con te il passato lo sto allontando... Finalmente stasera primo appuntamento sembro quasi un bambino, non ci sto piü dentro!! Sono mille i pensieri e le coseda dirti, ma so giä ke i silenzi saranno frequenti quasi l'imbarazzo sparisce nel vederti , perchè subito affiora la voglia di averti!! Un abbraccio spontanio che parla da se: questo è il primo contatto che ho avuto con te!! Sfioriamoci le mani come x l'Ultima volta.. ora baciami ti prego, poi rifarlo un' altra volta. Sento brivi leggeri ti prego nn ti fermare.. Oddio quanto adoro il tuo dolce ansimare... QUESTO E IL PEZZO PIU BELLO DELLA CANZONE KE MI HAI DEDICATO.... GRAZIE DI AVERMELA DEDICATA <3

****

Ti amooooooo pesceeeee x sempre insieme io te *.* <<A & T >>

****

Un grandissimo saluto dall' Antico Casale Russo..... :)

****

Francy 97 grazie per il messaggio spero di incntrarti presto <3 <3 <3 FM 2E/TU

****

Erika m ti amo sn pazzo di te nn faccio che pensarti trovo un modo per distrarmi ma giro e rigiro e. Ci sei sempre tu nei miei pensieri spero che presto potremmo metterci assieme by Anonimo<3 :)

****

Un saluto alla redazione da Parigi :) <3

Paris, Paris, la Ville Lumière… perché non ci avete portato con voi… se vi facevate una foto con il LeggimiGratis, l'avremmo pubblicata sul prossimo numero.

****

~Buonasera~ l'aamore coontaa! :)

****

x Giovanni a ti amo da morire e non ti voglio perdere xke sei troppo importante x me sei la mia luce degli miei occhi quando ti vedo mi sento felice xke vedo il mare nei tuoi occhi

****

Ogni giorno ke passa mi accorgo ke tu sei l amore della mia vitaaaa....!!! Ti amo to amoooo troppoo.....

****

Buongiorno <3 ... Che palle de ore di Matematica .. Mo mi uccido .. Sta parlann sul ess .. Redazione non cè la faccio più me la dovrei firare fino a sabato xkè manca la prof di italiano e lei sta semp in classe nostra marò ....

****

Per Teresa S sei bellissima :*

****

7 al tema di italiano..:D

****

Buonpomeriggio <3...

****

Biologia! Che divertimento! É come andare ad un lunapark! -.-"

****

Dany & Fabri *-*

****

E ieri sera ho scoperto un altro cosa su di te... Questo mistero si fa sempre più interessante... { Buongiorno } <3

****

Buongiornooooo!!XD!!

****

Buongiorno Scemino stamattina nn possiamo mex xke hai perso il cel... KE PALLE...

****

Raffaele sei la mia vita...dalla tua piccola <3

****

Peppe e Sabry Forever and ever..<3 18-02-12 <3.. I love you <3

****

Rispondo all'uomo e al marittimo jonny j s sulla tragedia concordia. Posso solo immaginare quanto sia dura la scelta di vita del marittimo, ma penso sia piu' dura perderla "la vita" e non poter piu' scegliere come spenderla. Grazie comunque per averci fatto riflettere mandandoci tutti (me sopratutto) a quel paese. Ci andremo sicuramente ma non via mare e con la speranza di avere almeno il tempo in caso di pericolo di una preghiera. Saluti patti

****

Beh che dire.. Mi trovo qui a scuola.. E come sempre penso alla mia vita.. Enzo ti amo.. Baci la tua piccola :) <3

****

C+V+G=4 ever!!! ID alberghiero siete mitici... By vale ID

****

:(:(:(

TECNO C

Ricambi - Caldaie - Condiziona

CAMINETTI MONTEGRAPPA

Novità

Termocucina a Pellet

KLOVER

MITSUBISHI ELECTRIC
AIR CONDITIONING SYSTEMS

C.so Italia, 93 - Meta (Na) - Tel/Fax: C

CALOR

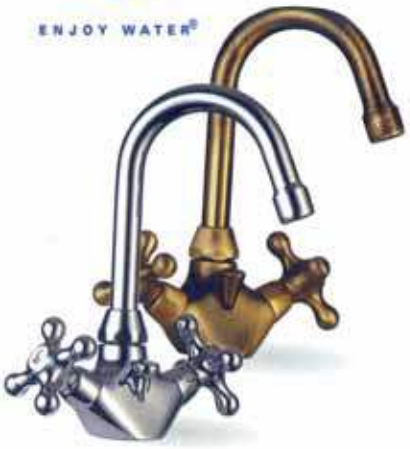
amento - Articoli termoidraulici

Perchè Vaillant

BANDINI INTERNATIONAL GROUP

Scaldacqua Elettrici
Risparmio Energetico

GROHE
ENJOY WATER



CALDAIE Chaffoteaux

LA CONDENSAZIONE

**ASCOLTIAMO LE TUE ESIGENZE,
SODDISFIAMO LE TUE ASPETTATIVE**

IL PROFESSIONISTA DEL RISCALDAMENTO

081 8787121 - www.tecnocalorfrasca.it

Immobiliare
Geom. Merlino Ciro

VIA SAN SERGIO, N. 17 - 80065 SANT' AGNELLO (NA)
TEL. 08119463162 - FAX: 0818088196.
DOMICILIO FISCALE: VIA CANTONE, N. 45
TEL/FAX. 081/8081095 - 80061 MASSA LUBRENSE (NA)
WWW.SORRENTOHOUSE.COM - 22181@FIAIP.IT

ASSOCIATO FIAIP

MASSA LUBRENSE - Loc. NERANO - 500 mt. dalla spiaggia di Marina del Cantone, proponiamo in vendita un grazioso villino su due livelli. Giardino di pertinenza. Area esterna con Barbecue. Lastrico solare/solarium. Posizione panoramica. Rinnovato. Buone rifiniture. Rif. V. 53 **Trattativa Riservata**

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 **€ 750.000,00**

TORCA - Via Monticelli, casa con ingresso indipendente, composta da: ingresso in soggiorno con camino, zona pranzo, cucina e bagno al piano terra. Piano primo: camera da letto e bagno. Piano secondo (mansarda): camera da letto e terrazzino panoramico. Recente ricostruzione e con impianti a norma. Con garage pertinenziale di nuova costruzione. rif. v. 2 **€ 400.000,00**

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 - 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 **€ 490.000,00**

MASSA LUBRENSE - Locale fronte strada con doppio accesso. Discrete condizioni. Rif. L .8 **€ 700,00 Mensili**

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**

Vico Equense - Loc. Patierno, al primo piano di un piccolo fabbricato proponiamo in vendita un bilocale composto da: ingresso, salone con angolo cottura, camera da letto e bagno. Balcone. Piccolo giardino. Posto auto scoperto in area comune. Rif. v. 52. **€ 280.000,00**

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**

SORRENTO Via Nastro Azzurro, proponiamo in affitto terreno agricolo di circa 2.700 mq. fronte strada. Accesso carrabile. Rif. L. 1. **€ 500,00 mensili**

PROPOSTE DI LOCAZIONE:

Massa Lubrense - Loc. Santa Maria Annunziata , appartamento sito al piano terra composto da: ingresso/salone, cucina abitabile, camera, cameretta e servizio. Piccolo ripostiglio/lavanderia esterna. Contratto regolare. **€ 700,00. Rif. L. 2**

Massa Lubrense - Loc. Torca, appartamento al piano terra composto da: ingresso, salone, due camere, cucina e servizio. Terrazzo. Posto auto. Accesso con auto medie. Contratto regolare. **€ 550,00 Rif. L.3**

Massa Lubrense - Loc. San Francesco, proponiamo in locazione appartamento con ingresso indipendente sito al piano terra. L' immobile si compone di: ingresso - salone/angolo cottura, camera da letto e servizio. Buone condizioni. Contratto regolare. **€ 600,00. Rif. L. 4**

Massa Lubrense - Loc. Marina della Lobra, piccola soluzione con ingresso indipendente. Piano terra ingresso salotto. Primo livello: cucina, servizio e balcone. Secondo livello: camera e servizio. Interamente rinnovato e arredato. Contratto uso transitorio. **€ 600,00. Rif. L. 5**

PEGI IMMOBILIARE

Immobiliare Pegi di Perrino Giuseppina
Via Legittimo, n.37 – 80063 Piano di Sorrento (NA) - Tel. 081.8773597 Fax 1782256266 Cell. 3479106541
www.pegi.it - pegimmo@tin.it
www.sorrento-accommodation.com - info@sorrento-accommodation.com

PIANO DI SORRENTO Appartamento in palazzo d'epoca, in ottime condizioni ubicato a piano rialzato, sottostante piano seminterrato, giardino, posto auto e motorino. Cl. F,IPE 320,10

PIANO DI SORRENTO Appartamento posto al primo piano, ampio salone con angolo cottura, disimpegno, due bagni, 3 camere da letto, terrazzo. Cl. F,IPE 250,10

META Appartamento in buone condizioni, tre camere, cucina, bagno, disimpegno, balcone, terrazzo comune.. Cl. G,IPE 350,10

SORRENTO Villa a schiera su tre livelli con spazi esterni. Cl. G,IPE 350,10

META soluzione terra cielo su tre livelli di piccola metratura con vista sul mare. Cl. G,IPE 350,10

META appartamento in fabbricato d'epoca, 2° piano, composto da corridoio, camera con terrazzo, 2 camere e bagno. Cl. G,IPE 175,09

SORRENTO Casa colonica da ristrutturare con terreno per un volume di 1000 mc, accesso carrabile, vista mare. Cl. G,IPE 170,15

MASSA LUBRENSE Casa colonica con comodi rurali e terreno a terrazzi per un estensine di circa 13000 mq Cl. G,IPE 600,07

MASSA LUBRENSE villino costituito da vari livelli con garage e terrzzi. Cl. G,IPE 800,09

MASSA LUBRENSE in piccolo borgo bilocale con terrazzo vista mare Cl. G,IPE 700,09

VICO EQUENSE immobile costituito da tre bilocali separati, terrazzo ampio. Terreno costituito da due appezzamenti separati. Cl. G,IPE 176,09

MASSA LUBRENSE casa indipendente con piccolo giardino. Piano terra 2 camere e cameretta, 1° piano 2 camere con balcone, terrazzo copertura e sottotetto. Cl. G,IPE 500,09

LOCAZIONI

MASSA LUBRENSE appartamento bilocale con servizi in edificio d'epoca.

Piano di Sorrento - appartamento bilocale con ascensore, ingresso, corridoio, bagno, salone con angolo cottura, camera da letto matrimoniale con terrazzo.

SORRENTO – appartamento panoramico vista collina luminoso con ascensore, soggiorno, cucina, disimpegno, bagno, camera da letto matrimoniale.

MASSA LUBRENSE collina appartamento su due livelli con rispettivi terrazzini, posto auto, libero da mobili.

MASSA LUBRENSE mezza collina casa bifamiliare, costituita da ingresso, cucina, 2 camere con bagno, camera. 2° piano costituito da 2 camere, cucinino, bagno, terrazzino..

MASSA LUBRENSE appartamento in villa, 2° piano, soggiorno-angolo cottura, 2 camere, terrazzo ampio, vista mare.

MASSA LUBRENSE dependace in villa, soggiorno-angolo cottura, camera, bagno, posto auto, terrazzo.

MASSA LUBRENSE appartamento, piano terra con ampie vetrate sul giardino, soggiorno-tinello-angolo cottura, 2 camere, bagno, posto auto.

MASSA LUBRENSE appartamento di 70 mq, 2° piano, cucina, 2 camere, cameretta, 2 balconi di cui uno con vista panoramica.

MASSA LUBRENSE soluzione su tre livelli da poco ristrutturata in borgo antico, P.T: camera. 1° piano camera-angolo cottura e bagno. 2° camera con piccolo bagno.

MASSA LUBRENSE Appartamento bilocale, piano rialzato arredato, termoautonomo.

MASSA LUBRENSE monolocale con soppalco e bagno, da poco ristrutturato e deliziosamente rifinito.

MASSA LUBRENSE collinare (Termini) appartamento 100mq., 1° piano, scalinata esterna, patio, corridoio, 3 camere, cucina, bagno, terzo di copertura.

META locale composto da due ambienti separati, strada secondaria.

MASSA LUBRENSE appartamento appartamento a piano terra, 2 camere, cucina, soppalco, bagno.

SORRENTO appartamento, piano rialzato, soggiorno, 2 camere, cucina, veranda, bagno, posto auto

MASSA LUBRENSE appartamento in villa, 2°piano, camera ingresso, cucina, camera, cameretta, bagno, bagno servizio.

SANT'AGNELLO appartamento a piano rialzato, ingresso-corridoio, 2 camere, bagno, ripostiglio.

LOCALI COMMERCIALI VENDITA

SORRENTO Locale commerciale di 20 mq.

SANT'AGNELLO negozio

LOCALI COMMERCIALI LOCAZIONI

META 2 ampi vani a livello strada, strada secondaria.

MASSA LUBRENSE locale ampia metratura.

MONTATURE -50%

FINO AL
5 MAGGIO 2012

SE ACQUISTI
UN OCCHIALE DA
VISTA CON LENTI
ANTIRIFLESSO.

L'ALTRA METÀ,
TE LA OFFRIAMO
NOI.

Offerta valida su montature selezionate,
non cumulabile con altri sconti o promozioni in corso.
Occhiale nell'immagine puramente esemplificativo.

www.salmoiraghievigano.it

YouTube e il logo di YouTube sono marchi di Google Inc.

salmoiraghi & viganò

Corso Italia 246/D a Sorrento - Tel. 081 8071794

CASTELLANO Immobiliare

FIAIP

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

MASSA L. prossimità S.Agata, in tranquillo contesto residenziale, appartamento semindipendente, soleggiato, vista mare: ampio soggiorno-cucina, 2 camere, doppi servizi, antistante giardino a livello. RIF. A 275 (a.c.e/G)

S.AGNELLO, centralissimo, d'epoca: salone, ampia cucina-tinello, doppi servizi, ampi disimpegni, ripostigli, soppalchi. RIF. A 315 (a.c.e/G)

S.AGNELLO, locato, ottima redditività, moderno, rinnovato: soggiorno con a.k. camera, bagno, terrazzino, box auto. RIF. A 329 (a.c.e/G)

PIANO DI S. centrale, tranquillo, residenziale appartamento rinnovato, 100 mq: soggiorno, 3 camere, cucina abitabile, doppi servizi, balconata, ottima esposizione. RIF. A 301 (a.c.e/G)

S.AGNELLO, uso investimento, centralissimo monolocale (a reddito), ampia camera-a.k., bagno e vicinissimo box auto pertinenziale mq 23. RIF. A 399 (a.c.e/G)

VICO EQUENSE, prossimità centro,

PIANO DI S. collina, in casa d'epoca: 3 camere e servizi. Da rinnovare. Possibilità di giardino. . RIF. A 310 (a.c.e/G)

caratteristico, d'epoca, panoramicissimo: soggiorno con a.k., camera da letto, bagno, balconi. Arredato. RIF. A 398 (a.c.e/G)

MASSA L. Marina del Cantone, semindipendente, panoramica: soggiorno, 2 camere, accessori, balconata, solarium, cortile, giardinetto, parcheggio privato. RIF. A 397 (a.c.e/G)

S.AGNELLO, collina, indipendente in bifamiliare, panoramica: soggiorno con a.k., 2 camere, servizi, cantina, box-deposito, cortile privato. RIF. A 396 (a.c.e/G)

VICO EQUENSE, S. Andrea, indipendente in bifamiliare, luminoso e panoramico: soggiorno, camera – pranzo, 3 camere, cucina, doppi servizi, giardino mq 700. Buone condizioni. RIF. V 665

S.AGNELLO, locato, ottima redditività, centralissimo, moderno, rinnovato: soggiorno con a.k., 2 camere, bagno, ampia balconata, box auto. RIF. A 328 (a.c.e/G)

(a.c.e/G)

PIANO DI S. Meta-Amalfi, porzione di fabbricato plurilivelli, mq 140, con ascensore privato, box auto, terrazzi panoramici, giardinetto, cortile. Adatto B&B. RIF. V 663 (a.c.e./G)

S.AGNELLO, prossimità centro, nuda proprietà di appartamento moderno con giardino: soggiorno, 2 camere, cucina, doppi servizi, terrazze, giardino mq 200, cantinola, p.auto coperto, 2 box auto pertinenziali. € 290.000 RIF. A 252 (a.c.e./G)

SORRENTO, prossimità centro, tranquillo, soleggiato, signorile: soggiorno, 3 camere, cucina abitabile, doppi servizi, balconate abitabili, box auto. RIF. A 394 (a.c.e/G)

MASSA L. S.Agata, prossimità centro, tranquillo, panoramico: doppio ingresso, 3 ampie camere, cucina abitabile, bagno, terrazza vista mare mq 25. RIF. A 395 (a.c.e/G)

SORRENTO, prossimità centro, soleggiato, moderno, luminoso: ampio soggiorno, 3 grandi camere, cucina abitabile, doppi servizi, balconate. RIF. A 245 (a.c.e/G)

PIANO DI S. prossimità centro, moderno, signorile, panoramico: salone, 3 camere, cucina abitabile, doppi servizi, ampia balconata, box auto mq 30. Parcheggio condominiale. RIF. A 247 (a.c.e./G)

LOCALI E CESSIONI

SORRENTO, centralissimo in ottima posizione commerciale, cedesi attività di parrucchiere, ottime condizioni.Trattativa riservata. RIF. Z 867

S.AGNELLO, fittasi capannone C 3 mq 600, con parcheggio di 200 mq. Urbanisticamente regolare. RIF. F. C. 102

SORRENTO, prossimità centro, box auto mq 55 circa. Pertinenziale. (a.c.e./G) RIF. B 211

PENISOLA SORRENTINA, cedesi avviatissima salumeria affiliata, ottima posizione e redditività. Trattativa riservata. (a.c.e./G) RIF. Z 862

SORRENTO, Centro Storico, ottima posizione, cedesi attività di bar-pub, ottime condizioni, sala interna ed esterna. Trattativa riservata. (a.c.e./G) RIF. Z 861

COMPRAVENDITA - LOCAZIONI - CESSIONI - MUTUI - CONSULENZA - VALUTAZIONI

Il Melograno

IL MELOGRANO DI Davide Gargiulo - Iscrizione Ruolo CC.I.A.A. di Napoli al n. 2674
COMPRAVENDITE - LOCAZIONI - RISTRUTTURAZIONI - CONSULENZE TECNICO LEGALI - MUTUI
Sede legale: Via Campo di Termini,6 - 80061 Massa Lubrense (NA) loc. Termini - Fax 081.8085168
Uffici amministrativi: Corso Sant'Agata n. 61 / N - Tel 0818780925 - Fax 0818085154
80061 Massa Lubrense (Na) Loc. Sant'Agata sui due Golfi
E-Mail: ilmelograno73@libero.it - Cell. +39.3336616264

VENDITE

Massa Lubrense - S.Agata sui due Golfi - graziosa soluzione indipendente composta da: soggiorno, cucinotto, 2 camere da letto, bagno, ripostiglio,terrazzo, balconata panoramica e sottotetto **€ 350.000,00 trattabili**

Massa Lubrense - Marina del Cantone - uliveto di circa mq. 1800 con annesso depositi in lamiera con allaccio enel e acqua. Completamente recintato e fronte strada **€ 190.000,00 trattabili**

Massa Lubrense - Torca - Villino indipendente di circa mq. 150 su due livelli con annesso dependance, terrazzi, giardino e posto auto, panoramicissimo. Buone condizioni **€ 630.000,00 trattabili**

Massa Lubrense - S. Francesco - appartamento al secondo piano di un fabbricato bifamiliare composto da: ingresso, cucina abitabile, 2 camere, bagno, ampia balconata e terrazzo di copertura attrezzato di circa mq. 80 panoramicissimo con vista diretta sul golfo di Napoli e su Capri **€ 360.000,00 trattabili.** Buone condizioni

Massa Lubrense - Monticchio - Graziosa soluzione semindipendente composta da: soggiorno con angolo cottura, camera da letto, bagno, ampio spazio esterno e terrazzino panoramico. Completamente e finemente ristrutturata **€ 260.000,00 trattabili**

Piano di Sorrento - zona centrale - appartamento al primo piano alto composto da: ingresso, cucina abitabile, 2 camere da letto, soppalco, bagno e lavanderia esterna **€ 490.000,00 trattabili**

Piano di Sorrento - zona centrale - appartamento in palazzo d'epoca di circa mq. 85. Buone condizioni **€ 490.000,00**

Massa Lubrense - centro storico - appartamento con doppio ingresso di circa mq. 50 composto da: cucina-soggiorno, camera da letto e bagno **€ 180.000,00 trattabili**

Massa Lubrense - Monticchio - soluzione semindeipendente composta da: soggiorno, cucina, 2 camere da letto, bagno, lavanderia e piccolo cortile **€ 290.000,00 trattabili**

Massa Lubrense - Centro - appartamento al terzo piano con ascensore di circa mq. 90 con balconata panoramica su Capri. Buone condizioni.

Massa Lubrense - S.Agata sui due Golfi - zona centrale appartamento al secondo piano con ascensore composto da: soggiorno con angolo cottura, camera da letto, 2 camerette, bagno, ripostiglio, ampia balconata e box auto di mq. 18.Ottime condizioni **€ 390.000,00 trattabili**

Massa Lubrense - Termini - uliveto di circa mq. 1700 con accesso carrabile, panoramico **€ 75.000,00 trattabili.**

Massa Lubrense - Torca - soluzione indipendente su due livelli con giardino e posto auto **€ 360.000,00 trattabili**

LOCAZIONI

Massa Lubrense - Torca zona centrale - Appartamentino su due livelli composto da: soggiorno-cucina, 2 camera da letto, bagno e piccolo ripostiglio Contratto regolare **€ 400,00 mensili**

Massa lubrense - S.Agata sui due Golfi - locale commerciale di circa mq. 25 in buone condizioni **€ 650,00 mensili**

Massa Lubrense –Monticchio- soluzione indipendente composta da: soggiorno, cucinotto, camera da letto e bagno, posto auto e ampio spazio esterno **€ 450,00 contratto regolare**

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi - zona centrale-appartamento semindipendente composto da: soggiorno con angolo cottura, 2 camere da letto, bagno, ripostiglio, spazio esterno e posto auto. Contratto regolare **€ 650,00**

Massa Lubrense - S.Agata sui due Golfi - appartamento in villa su due livelli composta da: soggiorno con camino, cucina abitabile con forno a legno, 2 camere da letto, 2 bagni, ampi terrazzi a livelli e posto auto **€ 650,00 trattabili contratto regolare**

Massa Lubrense –S.Agata sui due Golfi- appartamento composto da: soggiorno, cucina abitabile,2 camere da letto, bagno, giardino e box auto **€ 750,00 contratto regolare.**

Massa Lubrense – S.Agata sui due Golfi- zona centrale appartamento completamente ristrutturato di circa mq. 110 **€ 800,00 contratto regolare**

Massa Lubrense – S.Agata sui due Golfi - Mansarda composta da: soggiorno con angolo cottura,2 camere da letto, bagno, ampi terrazzi panoramici con vista diretta su Capri e sul Golfo di Napoli, posto auto coperto, ottime condizioni. Contratto regolare **€ 750,00 mensili trattabili.**

MASSA LUBRENSE E DINTORNI DISPONIAMO DI NUMEROSE SOLUZIONE PER LOCAZIONI ESTIVE, PER BREVI PERIODI E TRANSITORIE.

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

PIANO DI SORRENTO - zona collinare - appartamento panoramico di 80mq. +350mq di giardino. composto da 2 stanze letto, un soggiorno, cucina, 2 bagni. **€ 450.000,00**. (A.C.E.-G)

VICO EQUENSE - Pacognano - casale rurale di 400mq. + 3000mq. di terreno da ristrutturare. Accesso carrabile. **€ 900.000,00.**

SORRENTO via degli Aranci - appartamento 4° piano 120mq. composto da 3 stanze da letto, soggiorno doppio, cucina, 2 bagni. **€ 870.000,00.** (A.C.E.-G)

SORRENTO - centro storico - appartamento di 80mq. 3°piano senza ascensore composto da 2 camere da letto, ripostiglio, soggiorno, cucina e bagno; da ristrutturare. **€ 630.000,00.** (A.C.E.-C)

SORRENTO piazza Tasso - appartamento 2°piano composto da stanza da letto, soggiorno, cucina e bagno. **€ 530.000,00.** (A.C.E.-G)

SORRENTO via degli Aranci - 3°piano appartamento composto da 3 stanze, cucina, bagno, cantinola e posto auto. **€ 550.000,00.** (A.C.E.-G)

SORRENTO - centrale - appartamento al 2°piano composto da soggiorno, 2 stanze da letto, 2 bagni, cucina + terrazzo. Copertura di esclusiva proprietà. **€ 780.000,00** (A.C.E.-G)

SORRENTO corso Italia - negozio di 49mq. **€ 550.000,00.** (A.C.E.-G)

PIANO DI SORRENTO - zona collinare - immobile composto da 4 camere con bagno su 2 livelli. **€ 350.000,00.** (A.C.E.-G)

SORRENTO centro storico - appartamento 95mq. composto: 2 stanze da letto, soggiorno, cucina e bagno+ mansarda e terrazzo. **€ 700.000,00.** (A.C.E.-G)

SORRENTO - appartamento di 170mq. 4° piano. Panoramico, con buone rifiniture. **€ 1.350.000,00**.(A.C.E.-G)

META - via Meta - Amalfi - piccolo rudere con 700mq. di terreno. **€ 300.000,00**. (A.C.E.-G)

META corso Italia - appartamento al 1°piano di 90mq. **€ 550.000,00.** (A.C.E.-G)

MASSA LUBRENSE - rudere di 75mq.+ 470 di terreno indipendente. Accesso carrabile. **€ 370.000,00.**

SANT'AGNELLO depositi di circa 1000mq. + 1000 metri di spazio esterno con accesso carrabile. **€ 650.000,00**

SORRENTO - appartamento di 170mq. al 6° piano in ottime condizioni + terrazzi panoramici di 150mq. **Trattativa riservata**. (A.G.E.-G)

MASSA LUBRENSE - villa panoramica vista Capri e Vesuvio indipendente con posti auto e piccoli appezzamenti di terreno. **€ 1.250.000/00.** (A.G.E.-G)

SORRENTO - fabbricato rurale di 500mq. + 3000mq. di giardino con accesso carrabile. **Trattativa risevata.**

PROPONE IN FITTO

MASSA LUBRENSE - Monticchio - appartamento indipendente composto da 2 stanze letto, soggiorno, cucina, bagno e tettoia per posto auto. Buona esposizione. **€ 850,00.** (A.C.E.-G)

SORRENTO - Casarlano - fitto regolare, 2 stanze da letto, soggiorno, cucina, bagno. **€ 700,00.** (A.C.E.-G)

SORRENTO - Casarlano - fitto regolare, 2 stanze da letto, soggiorno, cucina, bagno e posto auto. **€ 750,00.** (A.C.E.-G)

SANT'AGNELLO centro - garage accesso da via Iommella, livello strada. **€ 180,00** mensili.

SANT'AGNELLO locale 80mq. per uso ufficio o attività. **€ 1200,00.**

PIANO DI SORRENTO - piccolo chalet in legno termoautonomo angolo cottura + soggiorno + soppalco per letto + posto auto. **€ 400,00.** (A.C.E.-G)

SORRENTO - contratto regolare - piccolo appartamento ammobiliato composto da una stanza letto, soggiorno, cucina, bagno + 100mq. di giardino. **€ 800,00 mensili.** (A.C.E.-G)

PIANO DI SORRENTO - località Meta Amalfi contratto 4+4 appartamenti con posto auto e cancello automatico composto da ingresso, salone angolo cottura, letto e bagno. **€ 700,00.** (A.C.E.-G)

SORRENTO locale commerciale di 32mq. per attività di laboratorio. **€ 750,00.**

SORRENTO - disponiamo di fitti periodici.

CESSIONI

MASSA LUBRENSE - S. AGATA - cedesi attività di agenzia turistica ben avviata con franchising di compagnia referenziata. **€ 42.000,00.**

INFOAL SRL

LAVORAZIONE INFISSI IN ALLUMINIO & ALLUMINIO LEGNO CON RELATIVA CERTIFICAZIONE

CE UNI EN 14351-1

PRODUTTORE DI VETRATE ISOLANTI "TERMOGLASS 10 ANNI DI GARANZIA"

CE UNI EN 1279-2

INFOAL

Via Cavone, 97

Piano di Sorrento (Na)

Tel/Fax 081 8083768

NAUTICA SIC SIC

Porto di Sorrento

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

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

WWW.NAUTICASICSIC.COM

Boat Excursions to Capri, Positano, Amalfi and Ischia

Info: 081.8072283 - 330706947 - 3357738005

BACHECA ANNUNCI

ANIMALI

Gattini cercano casa. Si affidano sverminati e vaccinati. Tel. 3331307426

Cerco York Shire Toy maschio con pelo lungo oro - argento per accoppiamento; max 800 gr. I possessori dei cagnolini con i requisiti richiesti sopra indicati dovranno accettare di sottoporre i loro maschietti del peso richiesto alla verifica sulla bilancia. Tel. 3288362302

Si regalano cuccioli. Tel. 3389292971

Vendo bellissima **cucciola di York - Shire Toy** di 1 anno di vita con possibilità di portarla a vedere da un vostro veterinario di fiducia accompagnati dal rivenditore e poi eventualmente acquistarla. La cucciola è originalissima, con pelo lungo oro - argento, peso 1.100kg. Prezzo affare € 500,00. Per ulteriori informazioni chiamare al numero: 3288362302

Cerco un persiano o comunque cucciolo gatto solo a pelo lungo massimo 1mese di vita. Da comprare massimo offro € 100,00. Tel. 3290479443

Maschio originale **razza Dalmata**, cerca compagna originale razza Dalmata per eventuali accoppiamenti. Per ulteriori informazioni, contattatemi subito. Tel. 3334525274

IMMOBILIARI

Piano di Sorrento, centrale, primo piano con ascensore **fittasi appartamento** per uso studio o ufficio. Tel. 0818787297

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

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

Meta di Sorrento vicino mare fittasi panoramicissimo appartamento per weekend, settimane. Prezzo interessante. Tel. 0818787997

Vendesi in Castellammare centro appartamento da 5 vani più servizi con terrazzoni da ristrutturare. Tel. 3381247855

Furore, costiera amalfitana, cedesi ristorante panoramico con 100 posti. Tel. 3381247855

Vendesi appartamento al centro di Sorrento, in ottima posizione, nei pressi della stazione della Circumvesuviana, di mq. 115, con 3 vani ed accessori, cantina, posto auto e piccolo giardino. Situato in un condominio al terzo piano ma senza ascensore. Tel. 3337094553

Fittasi casa località Alberi mq 50 composto da:1 vano, cucina, bagno e posto auto. € 350,00 mensili. Tel. 3343229728

Affittasi terreno fronte strada principale con ampio varco di accesso (4mt) di circa 2600 mq, in zona Sant'agata € 500,00 trattabili. Tel. 3771555679

Vendesi località Marciano, **rudere semindipendente** di 80 mq, disposto su due livelli, completamente da ristrutturare, con 800mq di giardino pianeggiante di natura uliveto, accesso pedonale (25 mt dalla strada), €230.000,00 trattabili. Tel. 3771555679

Piano di Sorrento centro, **vendesi appartamento** in palazzina moderna al secondo ed ultimo piano. Ottimo stato, composto da: soggiorno, 2 camere, cucina, 2 bagni, 2 terrazzi e riscaldamento autonomo. Tel. 3384934292

Vendesi a Piano di Sorrento in zona centrale, **locale al piano terra** composto da 2 vani e accessori per un totale di 65 mq + 25 mq di area antistante. Ottimo uso studio, negozio o deposito. Tel. 3384934292

Si vende casa con giardino indipendente, panoramica in località Massa Lubrense. Possibilità di permuta. Tel. 0818789028

Piano di Sorrento centro, **vendesi appartamento** al secondo ed ultimo piano di una palazzina moderna composto: soggiorno, 2 camere, cucina, 2 bagni, 2 terrazzi. Ottimo stato, termoautonomo. Tel. 3384934292

Associazione Culturale

MAGIC *Medley* BALLET

ACCADEMIA DANZA CLASSICA E MODERNA

DIREZIONE ARTISTICA
MARILINA IACONO

ROYAL ACADEMY OF DANCE
REGISTERED TEACHER
IACONO MARIA RAFFAELLA

DANZA CLASSICA

PROPEDEUTICI

PROFESSIONALI ACCADEMICI

DANZA CONTEMPORANEA

DANZA MODERNA ACROBATICA

ONDA LATINA

BOLLYWOOD

HIP HOP

VIA DELLE ROSE, 36 - PIANO DI SORRENTO - info: 3393324670
www.magicmedleyballet.it - magicmedleyballet@libero.it

Specialità del Re:
Scettro del Re
Pizza del Monaco
Pizza Bufalina
PREZZI ECCEZIONALI
PER LE TUE FESTE
Re Pizza
PIZZERIA - ROSTICCERIA
TAVOLA CALDA
Pizza anche
a pranzo
Consegna a domicilio
Tel 081/5321770
-La vera Pizza
Napoletana-
Via Casa Lauro 6 Piano di Sorrento
(vicoletto adiacente Chiesa Sacramentini)

RIPARAZIONI AUTO
ELABORAZIONI CENTRALINE ELETTRONICHE
MONTAGGIO GANCI TRAINO
RIPARAZIONI E REVISIONE
SERVOSTERZI ELETTRICI (CITY) IN SEDE
RICARICHE ARIA CONDIZIONATA
AUTOFFICINA
ABBATE
di Pasquale Abbate
SORRENTO
Via Fuorimura, 78
80067 SORRENTO (NA)
Tel./Fax 081.807.45.90 - Cell. 338.76.19.384
abbateracing@abbateracing.com • www.abbateracing.com

Vendesi in Piano di Sorrento zona centrale, **locale di 65 mq** al piano terra e composto da: 2 vani e 1 servizio + 25 mq di area davanti. Ottimo uso studio, negozio o deposito. Tel. 3384934292

Fittasi appartamento a Vico Equense a pochi kilometri dal centro. Bilocale arredato, panoramico, asciutto e non umido, con ampio terrazzo e posto auto. Contratto 4 + 4. Canone mensile € 550,00. Tel. 3316161752

Residence a MassaLubrense immerso nel verde, fitti turistici di appartamenti completamente arredati in stile rustico, dotati di angolo cottura, TV, bagno privato con doccia, aria condizionata, tavolo da pranzo; compresi nel prezzo biancheria da bagno e da letto e Parcheggio. Tel. 3332080436

Vendesi appartamento 90 mq. con cantina a posto auto coperto. Due stanze da letto, soggiorno, stanza/studio, servizi igienici, cucina con veranda chiusa, balcone con affaccio strada. Zona tranquilla ma molto vicina al centro. Totalmente ristrutturato. Tel. 3332080436

Vendesi terreno ampia metratura (10.000mq) di natura castagneto con accesso pedonale (circa 80mq dalla strada nastro azzurro), zona Sant'agata. Prezzo interessante €130.000,00. Tel. 3771555679

Vendesi appartamento a Meta nel centro storico, di mq. 87 + taverna di 80 mq. Astenersi agenzie e perditempo. Ottimo per 2 fitti. Prezzo affare € 400.000,00. Tel. 3284751168

META **Fittasi per brevi periodi** ampio monolocale con giardino annesso, finemente arredato, completo di elettrodomestici e climatizzatore, nei pressi della stazione circumvesuviana. Tel. 3496407808

Castellammare di Stabia: Centro, **attività ben avviata** di rosticceria, focacceria, pizzetteria e kebab, con struttura nuova a norma, dotato di tutte le attrezzature utili per l'attività. Ottima clientela. Tel. 3382869495

Sant'agnello **fittasi appartamento** 70 mq arredato anche per brevi periodi, composto da: 2 camere da letto, salotto, cucina, bagno, con posto macchina. In zona tranquilla immersa nel verde. Canone di locazione € 700,00 mensili. Tel. 3923777457

Vico Equense località Fornacelle in zona collinare, **fittasi appartamentino** particolare comprendente 1 camera + cucinino + wc + terrazza panoramicissima + ripostiglio, ingresso indipendente, possibilità di posto auto coperto, € 400, 00 mensili Tel. 330946567

Vico Equense località Fornacelle in zona collinare **fittasi monolocale** semiarredato al primo piano con soppalco, totali 40 mq. circa, panoramicissimo, ingresso indipendente, possibilità di posto auto coperto. € 350, 00 mensili. Tel. 330 94 65 67.

Fittasi negozio di circa 100mq, zona Pozzopiano, adiacente Q8. Tel. 3387882340

A Castellammare di Stabia **affittasi** zona centrale appartamento ammobiliato e/o anche libero da arredo a referenziati: mq 100 composto da 3 vani e accessori, 2° piano, palazzo signorile. Tel. 3355270513

Piano di Sorrento, zona centrale **fittasi appartamento** di circa 65 mq, al 1° piano per uso studio o abitazione. Tel. 0818787297

Piano di Sorrento, zona centrale **vendesi ampio e panoramico appartamento** in parco, 3° piano con ascensore e posto auto. Tel. 3339256907

Meta di Sorrento **vendesi in palazzo d'epoca** appartamento da ristrutturare. Prezzo interessante. Tel 0818787297

Vendesi in Meta di Sorrento **panoramicissimo fabbricato**, indipendente, da ristrutturare. Tel. 081878727

Locale commerciale a capri affittasi. Tel. 3386558298

Cedesi ristorante pizzeria con 120 posti a Sant'Agnello sul corso principale a 50 metri dalla vesuviana a 20 metri parcheggio comunale. Trattativa in sede. Tel. 3389049671

Meta - **cedesi locale commerciale**, attualmente adibito a bar pasticceria, con ampio laboratorio. Completo di tutto. Prezzo ottimo. Tel. 3397291960

Possibilità di bilocale su due piani, composto da cucina abitabile, camera da letto, bagno finemente arredato immerso nel verde, a pochi passi da S.Agnello. Tel. 3342298327

Fittasi terreno a pochi passi da S.Agnello di 1500mq accesso con carrabile. Tel. 3342298327

Sorrento zona Casarlano **fittasi mini appartamento** piano terra con terrazzo arredato. Tel. 3384086582

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

Calabria: Santa Maria del cedro a 10 minuti da Scalea **vendesi bilocale di 50 mq** composto da: salone, cucina, bagno e camera da letto con ampio giardino di 45 mq. Chiama per avere maggiori informazioni e per vedere le foto della proprietà. Prezzo interessante € 50.000,00. Tel. 3669777900

Fittasi **cedesi avviata attività** di macelleria in localita Massa Lubrense zona centro. Locale vendita, locali laboratorio, wc, attrezzatura a norma, chiavi in mano. Chiamare dopo le ore 13.00. Tel. 0818089243

Cerco camera con bagno nel periodo estivo da Piano a Sorrento, compenso minimo, ma garantisco massima serieta'. Tel. 3393951297

Meta, **fittasi appartamento** ammobiliato, ristrutturato, per tutto l'anno o mesi invernali. Tel. 3332313299

Cedesi attività snack bar nel centro storico di Sorrento. Tel. 3387025155

Cedesi attività disco pub sul corso principale di Sorrento. Tel. 3387025155

Fittasi a C. Mare di Stabia negozio di 30 mq. via Tavernola. Tel. 3332313299

Colli di fontanelle. **Affittasi appartamento** di tre camere, cucina e bagno. Tel. 0815333129

Piano di Sorrento, **fittasi** nei pressi della chiesa di S. Michele in palazzo signorile grazioso appartamentino appena restaurato di 62mq (2 grandi vani + bagno) sia come uso abitazione che ufficio. Tel. 3391590741

Piano di Sorrento, nei pressi della scuola media Gaetano Amalfi, **fittasi locale di 124 mq** uso deposito. Tel. 3391590741

Massa Lubrense. **Vendesi villa** con vista mare composta da: soggiorno, cucina, camera da letto, 2 bagni, nel piano superiore vano possibile adibire a uso ufficio, vano per lavanderia e ripostiglio, posto auto, giardino e terrazzo vista mare. Interno circa 150 mq esterni 170 mq circa. Prezzo interessante €650.000,00. Tel. 3484551214 - 3391288298

Vendesi appartamento di 87 mq composto da 3 vani + accessori con annessa taverna, ottimo per 2 fitti. Prezzo interessante: € 420.000,00. Astenersi agenzie. Tel. 3284751168

Sorrento vicino Polizia di Stato **vendo box auto** non pertinenziale. Prezzo €80,000. Tel. 3395725580

Cessione attività di wine bar in Sorrento, centro storico, 100mq interni + 40mq esterni, completamente rinnovato. Tel. 3392998851

Cedesi attività di bar in localita Vico Equense Trattative riservate no perditempo. Tel. 3388155373

Ristorante bar cedesi a Piano di Sorrento, centrale, adatto per qualsiasi attivita, molto carino e casareccio. Tutte le carte in regola prezzo regalo € 30.000,00. No perditempo tel.3282050610

Fittasi deposito di 200 Mq con ampio varco a Sant'Agnello. Tel. 3488081829

Piano di Sorrento, località Colli di San Pietro **vendesi o fittasi locale deposito**, comodo accesso carrabile, con servizi acqua, luce e bagno. Tel. 3393556691

Cercasi casa da fittare da Meta a sorrento buone condizioni con contratto. 2 Stanze massimo € 450,00. Tel. 3290479443

Fittasi miniappartamento arredato piano terra. Zona Casarlano. Tel. 338.4086582

CORSI

Docente di inglese alle superiori con lunga esperienza effettua doposcuola per recuperi sia sc. Medie che superiori. Massima serietà. Tel. 081/8071908 - 338/9459467.

Per i tuoi annunci:
tel. 081.8772283 - **fax** 081.19319209 - **SMS** 380.3067686
e-mail: annunci@leggimigratis.it

Diplomata in ragioniere perito commerciale e programmatore, impartisce privatamente lezioni di doposcuola di: italiano, storia e qualsiasi altra materia orale per bambini e ragazzi di scuole elementari e medie. Italiano, storia, diritto, finanza, economia politica, tecnica e ragioneria, per ragazzi di scuole superiori. Massima serietà, prezzi modici. Tel. 3334287012

Docente impartisce **lezioni private** ad allievi di scuola media e superiore Prezzi modici. Tel. 3293277213

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

---

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

Professoressa **esperta in dizione** impartirebbe lezioni private. Tel. 0818788657

Corso di Pittura diretto dal M° Nico Taminto presso la Pro Loco di Massa Lubrense (Na) in Viale Filangieri ad iniziare da lunedì 6 febbraio. L'iscrizione si può effettuare anche a corso iniziato senza problemi. Per iscrizione e info rivolgersi in sede Tel. 0815339021 oppure 0818780212 - 3381542958

Laureata con esperienza pluriennale impartisce **ripetizioni di matematica e fisica** per tutte le classi. Zona C/mare. Massima serietà risultati assicurati. Tel. 3205629391

Laureata in lingue con esperienza all'estero **impartisce lezioni private di inglese e spagnolo** (anche a domicilio). Garantita massima serietà. Tel. 3332911159

Laureata e impartisce **ripetizioni in tutte le materie** a studenti di elementari e medie, garanzia di massima serietà e disponibilità, anche negli spostamenti. Tel. 3270646978

Si impartiscono **lezioni private di portamento** professionale o a livello personale. Postura, equilibrio, tecniche di sfilata per aspiranti modelle ed indossatrici; miglioramento del proprio stile ad uso quotidiano; portamento dell'abito per spose; lezioni base posa fotografica. Si organizzano corsi di gruppo o singoli. Tel. 3332080436

Si impartiscono r**ipetizioni e lezioni private di Adobe Photoshop di base.** Il costo è di 10, 00 euro l'ora. Zona Sorrento. Tel. 3479363383

Docente materie letterarie **effettua preparazioni e doposcuola** di Italiano, Latino, Storia, Filosofia, Geografia. Per rapporti lavorativi a lungo termine (oltre 2 mesi) pagamento mensile, modico e forfettario. Preparazioni e doposcuola in tutte le materie per le scuole medie inferiori. Lezioni e preparazioni anche universitarie. Tel. 3315451600

Docente laureata in Lettere **effettua doposcuola e preparazioni**, anche estive, per bambini e ragazzi scuole elementari e medie inferiori, con frequenza giornaliera (durante l'anno scolastico) escluso il sabato . Prezzo modico mensile. In estate, frequenza trisettimanale. Ambiente familiare e competenza. Numero programmato di alunni. Zona Piano di Sorrento. Tel. 3315451600

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

Brasiliano impartisce **lezioni di portoghese** in modo puramente pratico, senza bisogno d'imparare regole esplicite. Inoltre, cultura carioca, storia del paese. Penisola sorrentina. Prezzi abbastanza modici. Tel. 3467585644

Si impartiscono **lezioni di pittura paesaggistica.** Prezzi modici. Tel. 3318460597

ELETTRONICA

Macchina fotografica Pentax Optio 30, 3. 2 Megapixel effettivi, Zoom ottico, display di anteprima ed impostazioni, maneggevole e si usa con due batterie AA. Compresi SOFTWARE Cd - Rom, Cavo USB e laccetto. € 25,00. Tel. 3332080436

Vendo Nintendo Ds completo € 50,00.Tel. 3312311926

Vendo Netbook ACER D257 10. 1 pollici con doppio sistema operativo, Android e Windows starter, nuovo. Il portatile è stato acquistato il 16/02/2012 e l'ho usato per 5 - 6 ore in tutto, per cui è come nuovo. Tel. 3394997769

Vendo bellissimo amplificatore da chitarra elettrica YAMAHA DG 60 - 112 FX COMBO (60 W), completo di effetti interni (ECHO, REVERB, CHORUS, FLANGER, PHASER, TREMOLO, ROTARY) e sua pedaliera di comando. Possibilità di attacco pedaliera midi aggiuntiva. Grande potenza in uscita. Rende ottimamente il suono di un amplificatore nonostante sia a transistor. Perfetto per sala prove e concerti. Amplificatore usato ma perfettamente funzionante. Prezzo € 200,00. Tel. 3339408301

Vendesi fotocopiatrice Ricoh FT 4615; vendesi stampante Color prezzo regalo. vendesi calcolatrice olivetti logos 694t; vendesi Scanjet 4100 HP; vendesi fax Panasonic; vendesi netgear 5 port fast ethernet switch FS 105 10/100 MBJS; vendesi audio for multimedia 80P soundforce TRUST; vendesi tastiera, mouse, video, pc; vendesi scrivanie e sedie. Tel. 3355270513

Vendo Alcatel One Touch usato solo 5 giorni. Colore azzurro prezzo affare € 40,00. Tel. 3397756724

Vendo Sagem MY 303X quasi nuovo + caricabatteria + manuale d'uso. Ideale per chi è alle prime armi con la telefonia mobile. Prezzo interessante € 13,00. Tel. 3392331343

Vendo Samsung SGH-U700V marca Vodafone colore metallic silver+scatola+caricabatteria+auricolare+manuale utente+Samsung Pc studio a €30,00. Tel. 3392331343

Vendo Samsung SGH-U700EVO colore metallic pink +caricabatteria+auricolare+manuale utente+Pc studio+cavo usb a € 18,00. Tel. 3392331343

Vendo ad €5 modem esterno per connessione internet tradizionale 56 kbps, compatibile servizi voice/fax, Tel. 3383727837

Vendesi telecamera video sorveglianza blindata ,anti condensa, obbiettivo automatico, pari al nuovo. Chiamare dopo le ore 13.00 € 420,00. Tel. 0818073225

Vendo Nokia N 8, come nuovo, fotocamera 12 megapixel Carl Zeiss, memoria interna 16 Gb, batteria lunga durata, gorilla glass e tanto altro! € 200,00. Tel. 3398337476

Vendo Nintendo DS Lite Nera nuova usata poco, compresa di scatolo, custodia e memory card da 1gb. Vendo a € 90,00 trattabili Tel. 3341897799

Vendesi Nintendo Dsi + r4 (modifica) con giochi inclusi, la console è in buono stato vendo per inutilizzo € 80,00. Tel. 3661144993

Vendo DVD home theatre system Sony Nuovo ed ancora imballato € 100.00. Tel. 3393318257

Vendo Xbox 360 arcade in buono stato con giochi €100,00 prezzo trattabile. Tel. 3661144993

Vendo PSP Fat con vari accessori, modifica e garanzia. Prezzo vero affare. Tel. 3341066033

Vendo Nintendo DS Lite Nera, nuova usata poco, compreso di scatolo, custodia e memory card da 1gb vendo a € 90,00 trattabili. Tel. 3341897799

Vendo 2 Tv Mivar 28 pollici con digitali terrestre. Tel. 3497891137

Vendo WII nera, causa totale inutilizzo; in un anno di vita usata solo tre volte!!! Completa di 2 telecomandi più 2 giochi. Vendo a soli € 100,00. No perditempo. Tel. 3331019267

Vendo tastiera Yamaha ps-100, 48 tasti, buone condizioni, ottima per principianti a solo € 20,00. Tel. 3387838345

Vendo I-mac 21,7 pollici, hard-disk 1terabyte, 4 gb di ram, logic pro (costo € 500,00) installato, garanzia illmitata apple care 3 anni, magic mouse e tastiera inclusi € 1.700,00. Valore di mercato € 2,000.00 acquistato a settembre vendo per passaggio a computer portatile. Massima serietà 3387838345

Vendesi macchina fotografica digitale Canon ixus 8015, 8 megapixels. Come nuova usata pochissimo + card sd 1 gb. Solo € 50,00. Tel. 3387838345

ITALFORNITURE

Alberghi | Bar | Ristoranti | Comunità | Scuole | Privati

TAGLIAMOZZARELLA fimar

- Macchina realizzata appositamente per sfilacciare (TAS) e cubettare (TAC) mozzarella.
- Carcassa in acciaio inox - corpo centrale e coperchio in alluminio - microinterruttori di sicurezza su coperchio e maniglia.
- TAGLIAMOZZARELLA TAS: Macchina per sfilacciare mozzarella in varie misure; in base all'utilizzo dei vari dischi si ottiene sia una sfilacciatura mista che un taglio a spaghetto.
- TAGLIAMOZZARELLA TAC: Macchina per ottenere cubetti di mozzarella in varie misure in base ai dischi utilizzati. La produzione oraria varia dai 120-190 Kg in base ai dischi utilizzati.

GYROS X KEBAB fimar

- Macchina per cuocere carne per Kebab - struttura, asta, spiedo e paletta raccogli carne in acciaio inox - bruciatori ad infrarossi con piastra in ceramica - rete protezione bruciatori regolabili a settore asportabile accensione con piezoelettrico - alimentazione a metano, in dotazione kit G.P.L. - regolazione distanza asta spiedo dalle resistenze - motore di rotazione superiore a
- 230V/50Hz - cassetto di raccolta residui di cottura in acciaio inox.
- Accessori: coltello elettrico ad impugnatura verticale con lama Ø 95 mm

GRANISMART GBG

- Dimensioni estremamente ridotte della vasca (5 litri)
- Speciale forma "a campana" del rubinetto per consentire una pulizia perfetta e garantire la massima igiene
- Pannelli in acciaio inox 304
- Sistema di convogliamento della condensa che si forma sulla vasca
- Vasca e rubinetto facilmente smontabili senza l'uso di alcun attrezzo per permettere una rapida pulizia e garantire la massima igiene

Opzioni disponibili su richiesta:
- Sistema blocco coclea elettromeccanico.
- Coperchio luminoso.
- Pannelli personalizzati

VENDIAMO ANCHE ARTICOLI PER LA CASA

VENDITA ALL' INGROSSO E AL DETAGLIO

GIRAPOLLI A GAS CB

- Girapolli a gas con movimento ad aste singole sovrapposte (8 polli - n° 2 aste, luce 720 mm)

VUOI APRIRE UNA NUOVA ATTIVITÀ?

Italforniture, in collaborazione con lo Studio della Dott.ssa Maria Caccaviello, vi aiuta a richiedere finanziamenti per metà a fondo perduto (da non restituire) e per metà a tasso agevolato, per acquistare da noi, le attrezzature per la vostra nuova azienda.

SIAMO ANCHE SU FACEBOOK

Via Cavone, 14 - 16 | Piano di Sorrento | Tel. 081.534.22.43 | Tel. 081.808.0746

info@ital-forniture.it - www.ital-forniture.it

COFFEE SHOP
119
DI RUSSO MICHELANGELO
CORSO ITALIA, 119/121
SANT'AGNELLO
Tel./Fax 081 8075856

PER LA TUA
PUBBLICITÀ
SUL
LEGGIMI
GRATIS
CONTATTACI AL NUMERO
3803571772

Vendo cuffie professionali da studio AKG 700, padiglioni intercambiabili, due tipi di cavo, a molla ed esteso, jack 3.5 mm più adattatore jack 7 mm. Pagate € 189,00 vendo a € 100,00 per inutilizzo. Tel. 3387838345

Vendo Ipod Touch 4generazione, quindi l' ultimo uscito con la fotocamera, compreso di scatola e cavo usb. Ha ancora 5 mesi di garanzia, è come nuovo senza segni d' uso e scippi, memoria da 8GB più cover rigida originale tutto a € 190,00. Per ricevere altre informazioni contattatemi per posta elettronica al seguente indirizzo: luigi170596@gmail.com. Solo di pomeriggio dalle 18 potete invece contattarmi di persona. Tel. 3337545109

LAVORO

Sono appassionata di punto croce. **Eseguo su richiesta ricami** a mano in Tela Aida: bavaglini, strofinacci, asciugamani, tovaglie. Se siete interessati chiamatemi. Prezzi modici. Lavoro in privato. Tel. 3385672799

Sarta esegue con massima serietà aggiusti, pieghe etc anche x negozi e alberghi. Tel 3338591725

Mamme se cercate una **babysitter** eccomi anche x tutta la giornata o x mezza giornata o soltanto il pomeriggio, come preferite. Contattatemi vi aspetto questo e il mio numero. Tel 3317041502

Cerco lavoro come cameriera ai piani per pulizie presso hotel, in zona Penisola Sorrentina, Amalfi, Capri. Possibilmente con vitto ed alloggio. Tel. 3490807072

Cerco lavoro come assistenza donna anziana autosufficiente con vitto ed alloggio. Offresi anche come baby-sitter per bambini dai 0 ai 6 anni. Tel. 3490807072

Signora seria con esperienza **cerca lavoro 4 volte** a settimana come collaboratrice domestica per la mattina. Tel. 3661520504

Docente di inglese alle superiori con lunga esperienza, qualifica di traduttore ed interprete, **effettua traduzioni** in qualsiasi argomento. Massima serietà e prezzi anti crisi (€ 4,00 per cartella di 1.500 Caratteri). Tel. 338946567

Neodiplomata di Sorrento, in ragioniere perito commerciale e programmatore **cerca lavoro** in uno studio di ragioniere! Massima serietà e molta voglia di imparare! Tel. 3334287012

Ansia, stress, depressione, fobie, voci di dentro, **professore di Psicologia** con lunga esperienza terapeutica prende in esame. Tel. 3288957677

Neodiplomata in Ragioniere perito commerciale e programmatore, residente a Sorrento, **cerca lavoro in uno studio commercialista** per prima esperienza! Massima serietà e molta voglia di imparare e lavorare! Tel. 3334287012

Estetista di Sorrento **esegue cerette, manicure e pedicure** estetici e curativi, trattamento alle mani a domicilio! Prezzi modici! Tel. 3334287012

Cerco lavoro come **collaboratrice domestica** in case private. Tel. 3317041502

Ragazza 18enne in cerca di lavoro, motorizzata e alle prime armi. Tel. 3345808951

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

Cercasi ragazza di bella presenza per **lavoro serale** in bar/gelateria in penisola sorrentina. Tel 3383650699

Signora 40 anni e seria **cerca lavoro come assistenza anziani**, servizii di pulizie, anche baby sitter zona di lavoro da Sorrento a Meta. Tel. 3391437884.

Ragazza di 24 anni seria e affidabile **cerca lavoro come baby sitter,** parla bene inglese. Zona di lavoro da Massa Lubrense a Meta. Tel. 3343742596

Cercasi persona in Sorrento, conoscenza lingue straniere con esperienza di incoming x collaborazione in società turistica. Tel. 3381301134

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

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

Ragazzo 17enne volenteroso e con esperienza nel settore cucina cerca lavoro full time Per il periodo estivo, e nel pomeriggio nell'immediato, nel settore alberghiero e ristorativo. Si garantisce massima serietà. Tel. 3313086645

Vuoi imparare i balli di gruppo di una volta e quelli del momento? Vieni in Palestra Futura a Piano di Sorrento per una dimostrazione gratuita! Tel. 3393959182

Ragazza con diploma perito tecnico per il turismo cerca struttura alberghiera da Massa Lubrense a Piano di Sorrento per stage in reception. Tel. 3392331343

Ragazza 25nne con diploma perito tecnico per il turismo cerca lavoro come addetta alle vendite, front office, segretaria in Penisola sorrentina. Tel. 3392331343

Ragazza **cerca lavoro part time** come collaboratrice (sistemazione prodotti, accoglienza clienti) in supermercati e negozi della Penisola sorrentina. Tel. 3392331343

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

Studentessa universitaria **cerca lavoro part - time** come babysitter. Massima serietà e disponibilità. Tel. 3405647455

Sorrento: **Aspirante ed ambizioso fotografo** realizza GRATIS book fotografico a ragazze per creazione portfolio personale. La prestazione è assolutamente gratuita da entrambe le parti. Sarà la ragazza a scegliere pose, location e abbigliamento, in collaborazione con il fotografo. In cambio si richiedono i diritti di utilizzo delle stesse foto. Garantita e richiesta la massima serietà! Tel. 3934634907

Laureanda in lettere moderne **impartisce lezioni private** per bambini di scuola primaria medie e superiori. Tel. 3341638954

Onicotecnica effettua colata di gel, ricostruzione unghie con strass e decorazioni inclusi nel prezzo presso il vostro o il mio domicilio su appuntamento, anche sabato e domenica. Prezzi sbalorditivi!!! chiamare per info e prenotazioni. Tel. 3396191777 - 3392710593

Ragazzo serio **effettua assistenza computer** e cellulari presso il vostro domicilio prezzi molto interessanti (solo costo chiamata e valutazione del danno € 10,00 da addizionarsi al costo dell'intervento e manodopera). Massima serietà e molto esperto nel settore informatico! no perditempo. Tel. 3339121501 - 3493844671

29enne serio e motivato, motorizzato, **cerca lavoro come operaio generico** (già con esperienza), scaffalista (prima esperienza), OSA (prima esperienza). Tel. 3334525274

Non hai tempo per pagare le bollette, ritirare gli abiti in lavanderia o accompagnare i bambini alla scuola calcio? Insomma, se non hai tempo o voglia di sbrigare commissioni a volte fastidiosissime, chiamami, le farò al tuo posto! Tel. 3669599144

Ragazza ventenne, cerca lavoro come segretaria, receptionist o simili in penisola sorrentina. Conoscenza molto buona delle lingue inglese e francese, e del pc. Massima serietà, no perditempo. Tel. 3312217033

Ragazzo di 23 anni cerca lavoro part - time/extra di qualsiasi genere in penisola. Disponibilità durante tutta la settimana e massima serietà. Tel. 3899036680

Sig. ra 30enne diplomata in "Tecnico della Gestione Aziendale", con esperienza lavorativa come commessa presso supermercato, cerca lavoro part - time come: commessa o segretaria presso studio. Massima serietà. Tel. 3393889439

Migliora la tua vita con un attivita part-time da poche ore a settimana e nella zona che vuoi tu. Azienda serissima di vendita diretta cerca nuovi collaboratori. Offresi fisso mensile più provvigioni. Possibilità di collaborazione per il solo periodo invernale. Tel. 081-5322828 dalle ore 10:00 alle ore 12:30 e dalle ore 16:00 alle ore 18:30

Serio e professionale **offresi per lavori di muratura** e pitturazione. Si assicura massima competenza e disponibilità anche nei giorni festivi. Tel. 3381467660

Per i tuoi annunci:
tel. 081.8772283 - **fax** 081.19319209 - **SMS** 380.3067686
e-mail: annunci@leggimigratis.it

Ragazza cerca lavoro come volantinaggio, aiuto domestico, baby sitter anche part time!!! Sono una ragazza di 16 anni ma sono affidabile e con voglia di lavorare!! Tel. 3338078411

Cerco lavoro in Penisola Sorrentina come badante o assistenza anziani, si assicura massima serietà. Tel. 3383711009

Cerco lavoro come **baby sitter esperta o stiratrice.** Tel. 3497854583

Ragazza 20 anni, studentessa, **cerca lavoro part - time/ extra nel weekend.** Massima serietà, esperienza lavorativa in più campi. Tel. 3899036680

Ragazzo 26enne, serio, responsabile e con esperienza nel settore, **cerca lavoro come barman o cuoco.** Tel: 3343040173

Studentessa universitaria **ceca lavoro part - time solo** di mattina. Si garantisce la massima serietà. Tel. 3405647455

Avviata sartoria sita in Massa Lubrense cerca sarta qualificata per lavoro full - time. Tel. 0818080816

Cercasi con urgenza lavoro serio no perditempo offro e chiedo massima serietà: esperto delle conoscenze culinarie caserecce campane, in particolare ricette antiche capresi e degustazione sorrentina. Sono un autodidatta e metto la mia esperienza per fare insieme un ottimo lavoro e mettere a vostra disposizione la mia professionalità, maturata in 12 anni a Capri, 2 stagioni a Sait Tropez ed 1 anno in Germania, di cui 3 anni presso due note famiglie italiane come chef e maggiordomo. Sono in possesso di lettere di referenze, attestato haccp, no alcol, no droga, ordine e pulizia. Organizzazione lavorativa, puntuale, disposto a trasferirmi, massima serietà. Tel. 33945147733

Laureata in Lingue all'Orientale **effettua traduzioni spagnolo/inglese** a italiano in qualsiasi argomento e in tempi brevi. Lunga esperienza nel settore. Ogni pagina da tradurre varia dai 3 ai 4 euro. Tel. 3337105144

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

SIGNORA 40enne SERIA ed AFFIDABILE **CERCO IMBARCO per prossima stagione** come ADDETTA al Riordino e al Riassetto Cabine o CUOCA o Aiuto Cuoco. Esperienza pregressa della mansione in contesti alberghieri di lusso della Penisola Sorrentina su navi (Costa Crociere) e Yachts di privati e charter Mi occuperò' dell'allestimento, dell'igiene e dell'ordine delle cabine dal rinnovo della biancheria al rifornimento delle amenities (saponette, bagno schiuma, accessori per la toilette) ; sarò inoltre responsabile dell'aspetto scenico delle camere; gestirò la lavanderia, il riordino gli oggetti degli ospiti. Collaborerò alla preparazione del buffet della prima colazione e ad aiutare il cuoco là dove ce ne fosse il bisogno. E a prendermi cura dei bimbi se ce ne fossero a bordo. Sono in possesso di tutti gli Attestati di primo soccorso, Passaporto in regola e sono iscritta a Gente di mare per imbarco immediato. Disponibilità Immediata. Tel. 3332628652

Signora seria ed affidabile, massima professionalità, con esperienza ventennale, bella presenza, **cerca lavoro in penisola sorrentina** come segretaria o contabile presso aziende private, studi medici o professionisti o presso hotel. Disponibile part - time. Tel. 3396943787

Restauratore del legno effettua lavori di alta professionalità con tecniche antiche rispettando la struttura e l'autenticità del mobile e o dell'oggetto. Trattamento antitarlo reale e non invasivo e per l'ambiente e per il legno. Valutazioni oggetti e mobili antichi. Dorature. Prezzi concorrenziali. Preventivi gratuiti. Tel. 3338612028

Affreschi e decorazioni di qualsiasi soggetto e misura realizzo su pareti, soffitti e superfici lignee, anche trompe l'oleil. Prezzi concorrenziali, effetto assicurato. Tel. 3384938278

Ragioniere 49 enne, con esperienza pluriennale in contabilità generale, gestione magazzino, pratico computer, cerca lavoro a Scafati (SA) o zone limitrofe. Tel. 3393586823

Ragazzo serio, paziente e affidabile, con esperienza presso il Servizio Civile Nazionale, **cerca lavoro come ragazzo** di compagnia per anziani autosufficienti o persone sole. Oltre alla compagnia porto a fare passeggiate, posso dare un piccolo aiuto domestico e andare a fare servizi come: andare a fare la spesa, alla posta, in banca e altro. Non automunito. Zona penisola sorrentina. Disponibilità sia part - time sia full - time sia notturno. Anche occasionale. No badante no infermiere. Tel. 3396576052

Parrucchiere effettua al vostro domicilio (piega €8,00) + (taglio €12.00) + (colore €10.00). Massima serietà. Tel 3298834157

Ristorante in penisola **cerca procacciatore di clientela e cerimonie.** Il lavoro effettuabile nel tempo libero tramite Internet, conoscenze e materiale pubblicitario offre la possibilità di guadagnare ottime provvigioni. Tel. 3341630273

Si eseguono **traduzioni commerciali** lingue francese, inglese, tedesco. Tel. 338/8323102

Cercasi apprendista barista massimo 21 anni. In Sorrento e nell'orario pomeridiano. Tel. 0818781497

In un'ottica di potenziamento e specializzazione della propria struttura commerciale, **Agenzia Generale della AXA Assicurazioni,** realtà italiana di un gruppo leader mondiale nella protezione assicurativa e finanziaria, ricerca in Penisola Sorrentina ed in Costiera Amalfitana uno o più PRODUTTORI/ INTERMEDIARI ASSICURATIVI da inserire nella propria organizzazione territoriale con il compito di sviluppare il portafoglio clienti proponendo le più adeguate soluzioni assicurative sia nel Ramo Danni che nel Ramo Vita per la protezione della persona, dei beni, del patrimonio e della sfera previdenziale. Ai candidati prescelti sarà offerto un rapporto di collaborazione con inserimento all'interno di uno specifico Programma Distributivo Aziendale caratterizzato da un piano contributivo di 36 mesi con interessante componente fissa ed un allettante meccanismo provvigionale e finalizzato ad offrire concrete possibilità di sviluppo professionale nel settore assicurativo. Si richiede: "Età compresa tra i 25 ed i 40 anni; "Diploma o Laurea; "Precedente consolidata esperienza commerciale, preferibilmente come produttore assicurativo o promotore finanziario, e comunque una forte e verificabile propensione ad attività di vendita; "Spiccate doti relazionali, spirito d'iniziativa e capacità organizzativa; "Spirito imprenditoriale, ambizione e capacità di lavorare per obiettivi. Se sei interessato a questa opportunità e pensi di possedere le caratteristiche richieste, invia il Tuo Curriculum Vitae al seguente indirizzo mail agenziasorrento@gmail.com con espressa autorizzazione al trattamento dei dati personali (D. Lgs. 196/2003) .

Se cercate una baby- sitter solo di pomeriggio dalle 15:30 fino alle 20:00 chiamatemi! Se cercate una ragazza per svolgere le faccende di casa o per fare la spesa chiamatemi e mi darò una mano o di mattina o di pomeriggio, sempre mezza giornata. Sono una ragazza sincera disponibile, corretta e puntuale. Tel. 3317041502

Uomo serio e volenteroso cerca lavoro come lavapentole nei ristoranti o negli alberghi massima serietà e riservatezza. Tel. 3333302870

CERCASI SARTA esperta in realizzazione ed aggiusti di abiti da sposa. Residente in Penisola Sorrentina ed automunita. Tel. 3355350646 (9,00/13,00)

Badante/Colf, 43 anni, brasiliano, abito a Sorrento. Con esperienza all'estero e in Italia. Disponibilità dalle 8: 30 alle 19: 00, €4, 00/ore, dal lunedì al sabato. Per qualsiasi informazione basta contattarmi Tel. 3467585644

Chef con esperienza di oltre 30 anni specializzato in cucina napoletana offresi per ristoranti, alberghi. Massima serietà, si valutano tutte le proposte anche extra a domicilio. Tel. 3290479443

BIMBY: dimostrazione e vendita anche rateale. Tel. 3397756724

IRSAF
Istituto di Ricerca Scientifica e di Alta Formazione

ENAP SCUOLA

dal 1984 ... al servizio dei giovani

UNITELMA SAPIENZA
UNIVERSITÀ TELEMATICA

Master Universitari

Anno Accademico 2011/2012

Master Universitario di I° livello

"LA FUNZIONE DOCENTE NELLA SCUOLA CHE CAMBIA: METODOLOGIA, DOCIMOLOGIA E STRUMENTI STATISTICI"

60 CFU, 1500 ore - € 600,00

Master Universitario di I° livello

"INTEGRAZIONE SCOLASTICA E STRATEGIE DIDATTICHE PER IL SOSTEGNO NELLA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO E SECONDO GRADO"
(Corso afferente al tirocinio formativo attivo per le attività di sostegno nella scuola secondaria di primo e secondo grado)

60 CFU, 1500 ore - € 600,00

Master Universitario di II° livello

"IL RUOLO DIRIGENZIALE E LA GOVERNANCE DELLA SCUOLA"

60 CFU, 1500 ore - € 900,00

Nota.
Tutti i Master ed i Corsi indicati, vengono valutati secondo la normativa vigente.

Corsi di Perfezionamento

Anno Accademico 2011/2012

Corso di Perfezionamento Annuale

"METODOLOGIE, COMUNICAZIONE, TECNOLOGIE INFORMATICHE E VALUTAZIONE NEL PROCESSO DIDATTICO-EDUCATIVO"

60 CFU, 1500 ore - € 450,00

Corso di Perfezionamento/Formazione

"STRATEGIE DIDATTICHE ED INNOVAZIONI PER IL SOSTEGNO NELLA SCUOLA PRIMARIA E DELL'INFANZIA"
(Corso preparatorio al tirocinio formativo attivo nella scuola primaria e dell'infanzia)

60 CFU, 1500 ore - € 600,00

Corso di Perfezionamento

"L'INNOVAZIONE ENTRA IN CLASSE: LIM - LAVAGNA INTERATTIVA MULTIMEDIALE"

20 CFU, 500 ore - € 350,00

Corso di Perfezionamento/Formazione

" IL NUOVO PROFILO DELL'INSEGNANTE NELLA SCUOLA PRIMARIA E DELL'INFANZIA"
(Corso preparatorio al tirocinio formativo attivo nella scuola primaria e dell'infanzia)

60 CFU, 1500 ore - € 600,00

Info: C/mare di Stabia - Via Simmaco, 1 - 081 872.70.48 - 081870.58.40
Torre del Greco - Via Marconi, 27 - 081 881.46.75
info@enapscuola.com

RECUPERO ANNI: RAGIONERIA – GEOMETRA - ALBERGHIERO - TECNICO

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

compro ORO

portaci l'ORO che non usi ed

esaudisci i tuoi desideri

META
Corso Italia, 132

SORRENTO
Viale Nizza, 29

Cerchi un fabbro? Contattami anche solo per un consiglio. Tel. 3332783723

Autista serio e provvisto di auto comoda e sicura, si offre di accompagnarvi ovunque a prezzi economici!! Tel. 3332783723

MOTORI

Occasione: **vendesi auto 1400 benzina Honda Yazz**, pluriaccessoriata, unico proprietario. Prezzo affare € 4.500,00. Tel. 3316161752

Causa inutilizzo **vendo Daihatsu Terios 4x4** con impianto gpl sequenziale km 120 ad € 6.000,00. Tel. 3929529333

Vendesi auto Fiat 600 anno 2004 in buone condizioni. Prezzo vero affare. Tel. 0818787297

Vespa Special faro tondo azzurra 50cc perfette confizioni anno 1977. Tel. 3396380418

Barca Orion ITM 6 mt 115 cavalli asta sci nautico, prendisole, visibile a Piano di Sorrento. € 5.500,00. Tel. 3387098309

Moto BMW 850 GS nera. € 7.000,00. Tel. 3282693401

Vendo per inutilizzo **Fiat 110 F/II** (berlina 500) bianca, anno d'immatricolazione 1975, 2 cilindri, cilindrata 594, cv 7, posti 4. Bellissima, in ottime condizioni estetiche e meccaniche, restaurata con pezzi originali e funzionante. Libretto originale. € 5.000. 00 Visibile zona Sant'Agnello. Tel. 3332080436

Jaguar Sovereign JHALD4AK anno 1992 colore bianco, interni in pelle nera, cambio automatico. Ottime condizioni. Ottima per utilizzo personale e per cerimonie. Visibile in zona Sorrento. vendesi per inutilizzo. Tel. 3332080436

Vendesi vespa Special0cc rosso cina perfetta anno '80 € 2.700,00. Tel. 3396380418

Vendo Smart for two colore nero diesel crd febbraio 2008 targata DN. . RD km 18000 con marce sul volante tagliandi in regola, revisionata di recente tenuta in ottime condizioni € 8.000,00 non trattabili. Tel. 3291107985

Vendo ottima Fiat 600 sx del 2001, servosterzo, chiusura centralizzata, vetri elettrici, bollo e revisione fatta. Prezzo € 2.000,00 poco trattabile. Tel. 3356365549

Vendo Renault Twingo in ottime condizioni, climatizzata, gomme nuove, stereo cd, servosterzo, € 750,00. Tel. 3339640428

Cerco ape 50 in buone condizioni massimo € 1.000,00. Tel. 3313086645

Vendo GILERA GP 800 colore bianco, ottime condizioni. Prezzo interessante. Tel. 3274561265

Vendo a prezzo regalo Barca Gobbi 2 posti letti, Fuoribordo Yamaha 150 cv 2T, con doccia elet. Pompa sentina elet., sedili e cuscineria nuova. € 2.000,00. Tel. 3345992229

Vendo moto Husqvarna SM 125 S, colore bianco anno 2009, ottime condizioni Km 8000, prezzo € 2.900,00 trattabili. Tel. 339 6931936

Vendo Volvo S40 1999 Cambio Automatico, impianto GPL sequenziale. KM 125000 percorsi tutte in autostrada. Sempre in box. Assolutamente perfetta. Troppo da elencare. € 3.000,00 non trattabili. Astenersi se non realmente interessati. Tel. 3664467052

Vendesi Panda 1100, anno 2007, 13000 km, colore grigio chiaro, ottimo stato, revisionata. € 3.800,00 escluso passaggio di proprietà. Tel. 3393323695

Vendo motorino 50 colore azzurro visibile a Sorrento. Prezzo AFFARE € 400,00. Tel. 3319818624

Vendo ricambi vari per Fiat Uno (paraurti, mascherina anteriore, specchietti esterni ed interno, fari anteriori e posteriori, alette parasole, ecc.) € 5,00 cad. Tel. 3383727837

Vendo pneumatici auto con pochi km, misura 155/70R13 ad € 20,00 la coppia. Tel. 3383727837

VARIE

Vendesi Mangano professionale di 1metro da aggiustare. €80,00. Tel. 3389373892

Ritiro qualsiasi tipo di elettrodomestici. Tel. 0818721394 - 3384282031

Vendo Frigorifero, congelatore, lavatrice, lavastoviglie, cucina 4 fuochi, frigorifero, piano cottura, forno ad incasso ad € 80,00 cada UNO. Tel. 0818721394 - 3384282031

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

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

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

Vendesi tappeto persiano provenienza Iran centificato. Dimensioni 262x165 cm Nain Reale finissimi con seta. € 1.200,00. Tel. 329.7624357

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

Vendesi macchina per fare il pane nuova € 30,00. Chiamare ore pasti. Tel. 0818083246

Giovane professionista impartisce a domicilio lezioni di canto per principianti. Tel. 3394020175

Vendesi pianoforte verticale corde incrociate. Tel. 3337843744

Vendesi stupendo cappotto di visone (selvaggio) € 1.000,00. Tel. 3383557879

Vendo collezione completa del manga I cavalieri dello zodiaco in edizione perfect edition. Ottime condizioni. Prezzo € 60,00. Tel. 3339408301

Vendesi tavolino in cristallo 2 piani in vimini scuro e cristalli fumè. € 100,00. Tel. 329.7624357

Vendesi scarpe, stivali e mezzi stivali con tacco misura 40/41 usate ma in ottime condizioni, vari modelli e colori. € 10,00 e € 5,00 al paio e borse in altrettante ottime condizioni € 10,00, € 5,00 ed € 3,00. Tel. 3332080436

Vendesi parure di diamanti brillanti 0.16 carati, composta da due orecchini con supporto in oro bianco, quadrati e catenina con pendente dello stesso richiamo. Certificati e garantiti con timbro del gioielliere. Vendesi parure completa. Possibile visione zona Sorrento o richiesta di foto, anche della garanzia. Tel. 3332080436

Filatelia vendo francobolli di varie nazionalità non ordinati in serie, ma interessanti e pregevoli. Tel. 330688227

Vendesi divano 3 posti color giallo paglierino in ecopelle, come nuovo sfruttato pochissimo € 500.00 intratt. Tel. 0818015672 - 3386732012

Vendo tavolo da soggiorno basso con vetro nero in legno moderno a prezzo regalo € 100.00 intratt. Tel. 0818015672 - 3397126291

Sarta effettua aggiusti, pieghe, etc. anche per alberghi, massima serietà. Tel. 3338591725

Fotografa amatoriale certificata Aca in Adobe Photoshop effettua servizi fotografici personalizzati, lavori di fotomontaggi, fotoritocchi, creazioni di calendari, collage, restauro foto antiche, album fotografici personali o da regalare ad amici e parenti con le foto scattate da voi o dai vostri amici per rivivere i ricordi più belli. Lavori di qualità a costi minimi. Tel. 3479363383

Ancore usate vari modelli per imbarcazioni da diporto vendonsi Tel. 330946567

Vendesi carrello in vimini e bambù. Tel. 329.7624357

Passeggino Plebani modello "carty" color lilla e rosa per errato acquisto, ancora imballato, mai usato, acquistato a marzo 2012, pagato € 70,00 vendo a € 40,00. Tel. 3398531022

Compro mobili antichi, quadri ed oggetti antichi. Massima valutazione e discrezione. Tel. 3338612028

Vendo Pliko p3 "peg perego" composto da passeggino con coprigambe, carrozzina con copertina, ovetto e parapioggia, vendo inoltre, anche separatamente, seggiolino auto "prenatal" omologato e sfoderabile, box per bambini, passeggino leggero con parasole, giostrina degli orsetti con luce a proiezione su soffitto marca fisher price. Tutto poco utilizzato causa doppi accessori, prezzo da concordare. Tel. 3387882342

Per i tuoi annunci:
tel. 081.8772283 - **fax** 081.19319209 - **SMS** 380.3067686
e-mail: annunci@leggimigratis.it

Vendo usati: carrozzina tipo inglesina colore blu scuro, marsupio chicco blu scuro, seggiolino - sdraietta Peg Perego 0 - 9 kg, girello, seggilino auto Chicco Ovetto da 0 - 13 kg, passegino Nuovissimo con maniglia reversibile verso strada o genitori. Prezzo per tutto € 200,00 trattabili. Ho anche tanti oggetti di prima infanzia di Tommee Tippee linia Close to Nature: varie biberon anche con sistema anti - colic, tettarelle, tiralatte, scaldabiberon. Vestiti nuovi per femminuccia ancora immballati da 0 - 12 mesi (24 body e 3 completini tutto per € 50,00 trattabili) e vestiti usati maschietto da 0 - 24 mesi prezzo da concordare. Tel. 3336821879

Vendo armadio 12 ante con 4 specchi centrali + como' + specchiera + 2comodini € 300,00 in palissandro; vendo soggiorno componibile 5 elementi + tavolo tondo allungabile + 6 sedie € 500,00 in palissandro; vendo mobile contenitore frigo in legno di pino misure: 208x61x65 € 50,00; vendo cyclette come nuova € 30,00; vendo panca addominali ab king pro by new planet, nuova € 60,00; vendo sedia sdraio di legno imbottita € 20,00; vendo idromassaggiatore per piedi mai usato € 20,00; vendo 2 lampadari classici a 3 luci in ferro battuto 1 blu l'altro in verde e rosa + 1 moderno in acciaio € 30,00 ognuno; vendo lampada a stelo laccata blu € 30,00; vendo 3 centro tavola in porcellana di capodimonte, modello cesto di fiori, al prezzo di € 30,00 ognuno. Tel. 3386249066

Vendesi cameretta con scrivania, camera da letto, da pranzo e cucina. Prezzo regalo. Tel. 3355270513

Antenna Universale amplificata per ambienti chiusi della Philips € 20,00. Tel. 3388841157

Marsupio della Chicco con schienale imbottito mai usato (color blù) per uso dai 2 agli 8 mesi € 20,00. Tel. 3388841157

Tiralatte a siringa in vetro della Chicco € 20,00. Tel. 3388841157

Fitto Jaguar S-Type di colore nero con interni chiari, elegante e sportivo contemporaneamente, fitto con autista, prezzo economico. € 350,00. Tel. 3284182486

Vendo scrivania in mogano stile antica marina in ottimo stato € 300,00 trattabili. Tel. 3356308588

Vendo scrivania porta pc in colore ciliegio in ottimo stato € 40,00. Tel. 3356308588

Vendesi canoa marca Nova, colore giallo, con un posto guida e uno passeggero. € 180,00. Tel. 3669777900

Vendo bicicletta Graziella anni 70, da restaurare, colore blu classico. € 320,00. Chiamare dopo le ore 13.00. Tel. 0818073225

Per un' originalissima sorpresa al vostro bambino **prenotatevi la visita dell'asino Serafino** (solo in penisola sorrentina) Chiama per curiosità e per avere maggiori informazioni relative all'iniziativa. Tel. 3341791446 oppure su FB: Luciell A'Pazz

---

Vendesi poltrona letto causa inutilizzo. Rete con doghe in legno, materasso completamente sfoderabile, completa di due fodere. Ottimo stato. Tel. 0815322421 ore pasti

---

Vendo vestito da sposa taglia 46, anno 2009 Mariella Burani, semplice e fine, con 3balze, a spalline e piccola decorazione sullo scollo, velo lungo con la stessa decorazione intorno e coprispalle di velo. Possibilità di scarpe numero 40 tacco comodo. Visibile in penisola sorrentina. Prezzo solo € 1.000,00. Tel. 3331988923

Vendo gettone telefonico a € 11,00. Chiamare dopo le h. 13,00. Minimo 2 pezzi. Tel. 0818073225

Vendesi 30specchi bagno € 10,00 l'uno, 30plaffoniere in vetro € 10,00 l'una, 50 applique prisma x esterno € 15,00 l'una, 9 divani in tessuto larg cm140-prof cm 80-alti cm 100 € 50,00 l'uno. Tel. 3387025155

Vendesi palline decorative per albero di natale in polistirolo rivestite a mano di stoffa scozzese velluto rosso e nastro dorato per informazioni chiamare ore pasti. Tel. 0818083246

Vendo in stock divano letto 3 posti beige, divano 2 posti beige, 1 tavolo, 6 sedie legno, 1 armadio 4 ante h280 1, armadio marrone 3 ante, 2 cassettiere ikea, 1 vetrinetta con cassettoni ikea, 1 tavolino basso (pota cd / vano bar) in legno, 1 letto matrimoniale a contenitore moderno € 2.500,00. Tel. 3471949355

Vendo tenda Campeggio 3 posti € 80,00 con picchetti nuovi. Tel. 0815322429

Vendo culla Erbesi come nuova colore crema € 100,00 Tel. 0818784425

Vendo la mia collezione di autografi calciatori del campionato di serie A del 1969/70/71 Tel. 3396642714

Vendo Telo proiettore avvolgibile € 40,00 Tel. 0815322429

Vendo casco per moto nuovo mai indossato. HJC helmets ZF - 8. Tel. 3393318257

Cerco in regalo carrozzina, passeggino, box, culla quello che serve per neonata e bambina in buono stato. Tel. 3315636297

Cerco Sterlina in oro usata ma in ottimo stato, pago € 10,00 più la quotazione. Tel. 3381213745

Vendesi a modico prezzo corpo caldaia a basamento a gasolio 58kw 72000 calorie, in ottimo stato € 300,00. Tel. 3388243771

Vendo in Penisola Sorrentina in blocco o separatamente: 2 tavoli pieghevoli a doghe in legno 100x60 con abbinate 2 sedie pieghevoli 40x40 (€ 50,00 tutto); tappeto persiano 210x150 (€ 2.000,00); 2 materassi bimbo 160x70(€ 50,00 entrambi); cassettiera in plastica da esterno 4 cassetti 70x40(€ 20,00); 3 lampade a muro in ottone (€ 10,00); 2 neon 90cm (€ 20,00); 5 plafoniere diametri vari in vetro decorato (€ 10,00 l'una). Tutti gli oggetti sono in perfette condizioni. Tel. 3387838345

Vendo batteria musicale mai usata marca Roitek. € 180,00. Tel. 3381528122

Vendo mountain bike 'Magis Extreme' con entrambe le ruote nuove (raggiera, camera d'aria, copertone pagate € 100,00). Per inutilizzo vendo a prezzo speciale € 100,00. Ottime condizioni. Tel. 3387838345

Vendo felpa Adidas modello Adicolor 2011, colore rosso, taglia M, condizioni perfette, acquistata a novembre 2011 a € 70,00, vendo causa taglia errata a soli € 40,00. Tel. 3387838345

Vendo panca pettorali in carbonio leggerissima marca Sliver, usata pochissimo con bilancere, pesi a disco per un totale di 30 kg, accessorio per allenare le gambe, lacci elastici per eseguire croci, schienale regolabile a diverse inclinazioni. Pagata € 180,00 vendo a soli € 100,00 per inutilizzo. Tel. 3387838345

Vuoi stupire i tuoi ospiti in modo speciale? Allora chiama l**a tua chef a domicilio** a prezzi modici. Tel 3451104097

Non hai tempo per **preparare fantastici dolci** di qualità per le tue feste o semplici eventi? allora chiamami ed avrai i tuoi dolci genuini fatti in casa a domicilio. Tel 3451104097

AFFARE. **Vendesi divanoletto** agolare diviso in tre pezzi componibili. Letto estraibile matrimoniale con doghe in legno. Color beige ed in tessuto operato. Tel. 081 5322123

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.

segui le nostre offerte anche su:
www.penisolaffari.com
affari a portata di click

IDEATOP

abbigliamento ed oggettistica personalizzata

con ricamo e stampa (serigrafica, termoadesiva, digitale, sublimatica)

gadget pubblicitari:

* i prezzi si intendono comprensivi di stampa 1 colore e spese di trasporto; impianto stampa ed iva esclusa

esclusivista di zona
(penisola sorrentina, vico equense, positano)

ABITI DA LAVORO CAVALIERE

(anche su misura)

ottimo rapporto qualità/prezzo

gadget da regalo:

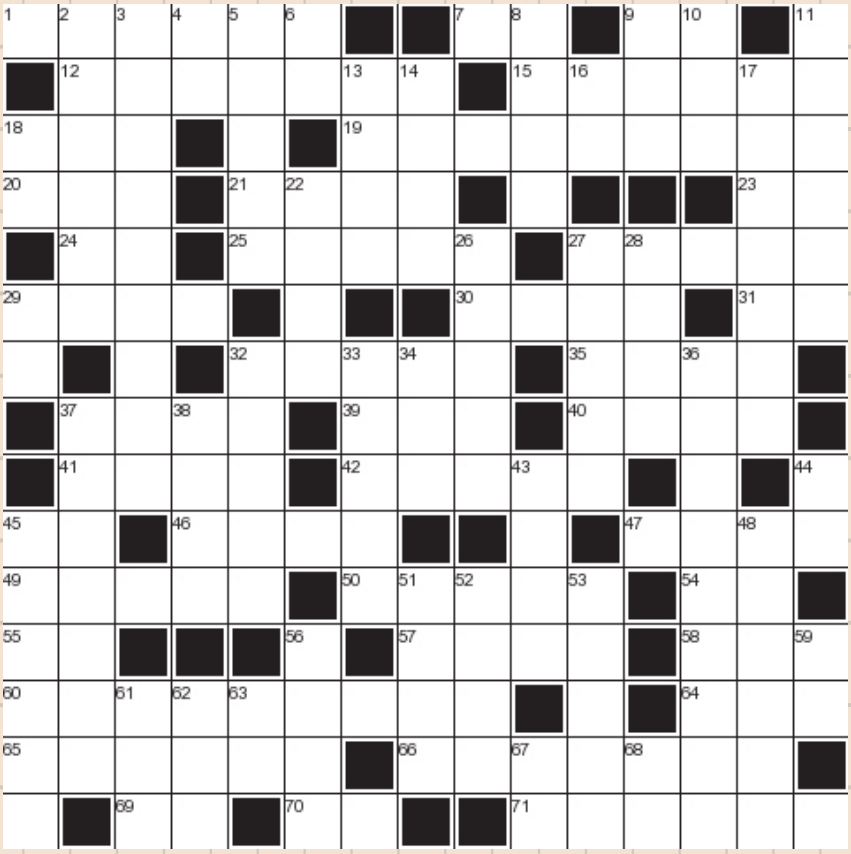
stampa digitale su piccolo e grande formato:

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

Via San Nicola, 14 Sorrento tel/fax 0818771050 www.ideatopsorrento.it

SVAGO

CRUCIVERBA



VERTICALI

2. Donna eroica, protagonista **- 3.** Leccarsi - **4.** Seme in centro - **5.** Cavità di una roccia tappezzata da minerali - **6.** Frasca in centro - **8.** Ogni volta - **9.** Altari pagani - **10.** Una Margret - **11.** Arte poetica, lirica - **13.** Lama dentata - **14.** Vale cosia - **16.** Cicciottello in centro - **17.** Dell'antica Etruria - **18.** Selz... agli estremi - **22.** Strumento musicale a fiato - **26.** Gambero marino - **27.** Testa - **28.** Paura, sorgente nel deserto - **29.** Tamtam in centro - **32.** Pianta della famiglia delle chenopodiacee - **33.** Fu un programma di Sabina Guzzanti - **34.** La C delle Spice Girl - **36.** Civile, interno - **37.** Incapacità di comprendere le parole scritte - **38.** Esclamazione di disprezzo - **43.** Nastro magnetico usato per registrazioni - **44.** Drink... agli estremi - **45.** Accumuli di acqua salmastra - **48.** Bevanda leggermente alcolica servita molto fredda - **51.** Grasso, ingrassato - **52.** Unità monetaria circolante in Cambogia - **53.** Morale, moralistico - **56.** Imbroglione, truffatore - **59.**Le prime di macchietta - **61.** Grossa antilope dell'Africa Orientale - **62.** Organismi geneticamente modificati - **63.** Le prime di laterale - **67.** Retroscena in centro - **68.** Targa di Enna

ORIZZONTALI

1. Azione con cui si attribuisce a qualcuno la facoltà di agire in propria vece - **2.** Quantistico... agli estremi - **9.** Antonimina... agli estremi - **12.** Autorimessa, deposito - **15.** Combattimento, competizione - **18.** Appello disperato - **19.** Radiotrasmittente, stazione radio - **20.** Si usa per imitare il rumore di un taglio o di uno strappo secco e rapido - **21.** Vivere negli agi - **23.** Eversone in centro - **24.** Disanimare in centro - **25.** Legno nero e lucente - **27.** Esso, quegli - **29.** Simbolo della verità e della giustizia - **30.** Farne l'oggetto dei propri desideri - **31.** Le prima di santa - **32.** Elemento di rinforzo - **35.** Application-specific integrated circuit - **37.** Arcolaio, aspatoio - **39.** Assembly of european regions - **40.** Prodotte da alveri della famiglia delle pinacee - **41.** Addetto al servizio dell'ascensore - **42.** Schiavo spartano - **45.** Le prime di Serenella - **46.** Attrito, botta - **47.** Unità di misura inglese di capacità per liquidi - **49.** American standard code for information interchange - **50.** Abietto, abominevole - **54.** Le prime di soglie - **55.** Fucsia in centro - **57.** Nega il russo. **58.** Nome di Hanks - **60.** Rumoroso, scricchiolante - **64.** Raganella - **65.** Aerorimessa, aviorimessa - **66.** Era geologica attuale - **69.** Le prime di umoristico - **70.** Le ultime di Hydrozoa - **71.** Acustico, altisonante

Dal 1 settembre 2011

5+1 motivi per scegliere

Perche' sei un'amico non sei un cliente !

Sma

superò®

supermercati

Perche' se hai più di 65 anni al martedì hai lo sconto del 5% !

Perche' dalle 14,00 alle 18,00 paghi tutta la spesa con i ticket !

Perche' ti portano la spesa a casa e non ti costa niente !

Perche' siamo cortesi e gentili !

Perche' la qualità da noi è Supersuperò!

SUPERO' SUPERMERCATI - SANT'AGNELLO (NA)

Via A. Balsamo 10/12 - Tel. 081 807 58 77 - 081 807 42 85 - e-mail: sorrentofood@libero.it

CRUCIPUZZLE

UFFA
FECE
CIAD
RARI
NATIO
PARTI
STAZI
ANCOR
STOFFA

AZZORRE
INSIEME
BACIANO
PERDITA
MALANNO
LEONINO
ATTACCA
OLBIESE
SCENETTA

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

Quanti animali ha portato Mosè sull'arca quando ci fu il diluvio universale?

Mosè? Forse era Noè.

La getti quando la devi usare e la riprendi quando non ti serve più. Che cos'è?

L'ancora.

E' figlio di mio padre e di mia madre ma non è mio fratello ne mia sorella, chi è?

Sono io.

Cosa sono una lumaca sopra una tartaruga?

Due lenti a contatto.

Cosa fa un ragno nello zucchero?

Lo zucchero filato.

La mamma di Pierino ha tre figli... Qui, Quo e...

Pierino.

Da casa a scuola

Piero va ogni giorno a scuola e torna a casa usando una bici, però impiega più tempo a tornare a casa di quanto ne impieghi per andare a scuola. È possibile? E perché?

La più grande isola del mondo

Qual'era la più grande isola del mondo prima che l'Australia venisse scoperta?

Il numero mancante

23	12	31	20	?
8	27	16	35	24

Quale numero va inserito, secondo logica, nella casella con il punto interrogativo per completare la serie dei cinque domino?

L'ascensore

Un palazzo ha 12 piani che si chiamano: Gennaio, Febbraio, Marzo, Aprile, Maggio, Giugno, Luglio, Agosto Settembre, Ottobre, Novembre e Dicembre; ogni piano ha 7 interni che si chiamano: Lunedì, Martedì, Mercoledì, Giovedì Venerdì, Sabato e Domenica. Come si chiama l'ascensore di questo palazzo?

4 Bit

VENDITA E ASSISTENZA PC

DR MOUSE

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

PC MID LEVEL AMD 640
DDR3 4GB - HD 500GB
ATI 4200 - DVDRW
SO LINUX - LCD 18,5"

€ 499

OPPURE 12 RATE - LA PRIMA TRA 6 MESI

PC ENTRY LEVEL
AMD AM3 140 - DDR3 1GB
HD 250GB - DVDRW - LINUX
LCD 18,5"

€ 389

OPPURE 12 RATE - LA PRIMA TRA 6 MESI

NOTEBOOK FUJITSU
INTEL 6200 - DDR 2GB - HD 320GB
DVDRW - WEB CAM - SO LINUX - 15,6"

€ 369

OPPURE 12 RATE - LA PRIMA TRA 6 MESI

FUJITSU AH530
INTEL I3 - 4GB - 500GB
WIFI - 15,6" - LINUX

€ 449

OPPURE 12 RATE - LA PRIMA TRA 6 MESI

ELIMINA I FILI DALLA TUA SCRIVANIA

PC ALL IN ONE ASUS
AMD E-350 - 2 GB RAM - HD 500 GB
ATI RADEON 6310 - DVDRW - WIFI
LINUX - SCHERMO 20"

€ 450

OPPURE 12 RATE - LA PRIMA TRA 6 MESI

PC TOP LEVEL AMD
DDR3 8GB - HD 1TB - DVDRW
ATI HD 6500 512MB - SO LINUX - LCD 18,5"

€ 650

OPPURE 12 RATE - LA PRIMA TRA 6 MESI

PC MID LEVEL INTEL I3 530
DDR3 4GB - HD 500GB - INTEL HD 1759MB
DVDRW - SO LINUX - LCD 18,5" LCD 18,5"

€ 530

OPPURE 12 RATE - LA PRIMA TRA 6 MESI

NOTEBOOK HP 635
INTEL DUAL CORE T3300, DDR 2GB
HD 500GB - DVDRW - ATI HD3315M
WEB CAM - SO LINUX - 15,6"

€ 369

OPPURE € 30,75 x 12 RATE

LE OFFERTE CONTINUANO CON TANTISSIMI PRODOTTI PRESSO IL NOSTRO PUNTO VENDITA

PROMOZIONI FINO AD ESAURIMENTO SCORTE. SALVO APPROVAZIONE DELLA FINANZIARIA.
LE FOTO SONO INDICATIVE. I PREZZI SONO IVA INCLUSA E POSSONO CAMBIARE SENZA PREAVVISO.

L'ascensore
L'ascensore si chiama col pulsante!

Il numero mancante
Il numero mancante è il 39! Infatti, partendo dal primo domino a sinistra, si leggono due serie di numeri, una dispari, e una pari, sia sulle parti bianche che su quelle nere dei vari domino.

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

le quali aumentano di 4 unità ad ogni passaggio, alternandosi.

Da casa a scuola
La strada da casa sua a scuola è in discesa!

La più grande isola del mondo
Sempre l'Australia, ovviamente!

RISTORANTE - PIZZERIA

LA FENICE

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

a Piano di Sorrento

eufòrie easy

Scarpe Calcio Calcetto Tennis Running
Adidas Agla Asics Gems Mizuno Nike Puma
Abbigliamento donna e scarpe Fitness Palestra
Adidas Deha Freddy

METÀ PREZZO

adidas AGLA asics GEMS MIZUNO PUMA DEHA FREDDY SKECHERS Shape ups

Scarpe e Abbigliamento Sportivo - Primavera Estate

Corso Italia 351/355, Piano di Sorrento - tel. 081 8787612

3 - 29 APRILE

ACQUA&

PIAZZA DELLA REPUBBLICA -

€0.49 -50%
€0.99

Ricerca di mercato GPF® su una pre-selezione di prodotti innovativi presenti nella grande distribuzione italiana, condotta da TNS Italia su 12.000 consumatori con più di 15 anni, svoltasi a settembre 2011. www.prodottodellanno.it

SCALA SGRASSANTE PIATTI LIMONE/FRUTTA
750ml. €0,65/lt

€2.49 -13%
€2.89

FINISH BRILLANTANTE. 250 ml. € 0,00/lt

€9.90 -50%
€19.80

FINISH QUANTUM REGULAR/LEMON. 20 x 3 pz

€2.49 -37%
€3.99

FINISH CURALAVASTOVIGLIE DOPPIA AZIONE
250 ml. € 0,00/lt

€9.90 -50%
€19.80

FINISH TUTTO IN 1 LEMON/REGULAR. 2 x 39 pz

€1.99 -42%
€3.49

AMBIPUR KIT DEODORANTE ELETTRICO + 65 GIORNI AQUA/MUGHETTO

€3.49 -36%
€5.49

AMBIPUR 3VOLUTION FRESCA MATTINA KIT DEODORANTE ELETTRICO 90 GIORNI

€3.99 -32%
€5.99

GLADE SENSE&SPRAY COLLECTION KIT DEODORANTE ELETTRICO AUTOMATICSPRAY PROFUMAZIONI ASSORTITE

SAPONE®

SEGUICI ANCHE SU: FACEBOOK

www.acquaesapone.it

PIANO DI SORRENTO - DOMENICA APERTO DALLE 9.30 - 13.00

per il tuo bambino

€1.24 -50%
€2.48

FRIA BABY SENSATION
SALVIETTE DELICATE E DETERGENTI
72 pz

€3.49 -28%
€4.90

HUGGIES UNISTAR PANNOLINI
taglia 3 . 4-9 kg . 23 pz / taglia 4 . 7-18 kg . 22 pz / taglia 5 . 11-25 kg . 18 pz / taglia 6 . 15-30 kg . 16 pz

€2.45 -50%
€4.90

HUGGIES UNISTAR
SALVIETTINE UMIDIFICATE

€2.99 -41%
€4.90

NIVEA BABY BAGNO DOLCI COCCOLE
500 ml . € 5,98/lt

€0.72 -50%
€1.45

REGINA FAZZOLETTI DECORATI E PROFUMATI . 6 VELI
10 x 9 pz

€1.95 -50%
€3.90

GARNIER BODY REPAIR FLUIDA NUTRIENTE
ANTI SECCHEZZA . 400 ml . € 4,88/lt

€2.24 -50%
€4.48

L'OREAL BODY EXPERTISE NUTRI SOFT 24H
LATTE VELLUTATO CORPO
PELLI NORMALI/SECCHE . 250 ml . € 8,96/lt

€2.45 -50%
€4.90

NEUTRO ROBERTS INTENSIVE BEAUTY BALSAMO
CORPO SUTTO LARGCIA . 250 ml . € 9,80/lt

€2.49 -50%
€4.98

NEUTROGENA FLUIDA CORPO IDRATAZIONE INTENSA
CON BISMENGES . PELLE SECCA . 250 ml . € 9,96/lt
COMFORT . 200 ml . € 12,45/lt

CANNELLONI CON MELANZANE E RICOTTA

I cannelloni con melanzane e ricotta si preparano velocemente con la pasta per lasagne che verrà prima scottata, poi farcita con un composto di melanzane unite a ricotta, e infine avvolta su se stessa e cotta al forno e una volta gratinata condita con salsa di pomodoro e basilico tritato.

Ingredienti

- Pasta per lasagne 4 fogli
- Melanzane 2
- Ricotta 150 g
- Polpa di pomodoro 300 g
- Burro 30 g
- Basilico 1 mazzetto
- Aglio, spicchio 1
- Olio extravergine d'oliva q.b.
- Sale q.b.
- Pepe q.b.

Preparazione:

Lavate e arrostite le melanzane in forno con la buccia a 200 gradi per 15 minuti, estraetele dal forno, lasciate raffreddare, eliminate la buccia, tagliate la polpa a pezzetti, disponetela in una ciotola, unite la metà della polpa di pomodoro ridotta a tocchetti e la ricotta, salate, pepate e amalgamate.

Cuocete la pasta per lasagne in acqua salata, scolatela, asciugatela sulla carta assorbente, tagliatela a metà, per ottenere otto quadrati, disponete al centro il ripieno e chiudeteli per confezionare i cannelloni. Adagiate i cannelloni su una placca imburrata e gratinateli in forno per qualche minuto.

In una padella con l'olio soffriggete l'aglio, rosolate la polpa di pomodoro rimasta e aggiungete il basilico tritato e il sale. Disponete i cannelloni nel piatto da portata e conditeli con il sugo di pomodoro.

IL BOX

"Il Box" è la rubrica di LeggimiGratis dedicata a quanti vogliono conoscere nuove persone, instaurare nuove amicizie, formare una comitiva, e, perché no, trovare l'anima gemella. Qui troveranno spazio i vostri messaggi.
COMPILATE LA SCHEDA ALLEGATA, SEGUENDO LE INDICAZIONI E PORTATELA IN REDAZIONE.

NICK
NELLO

ANNI
33

SESSO
M

LA MIA DESCRIZIONE
BELLA PRESENZA, SOLARE, ALLEGRO E SIMPATICO

COME CONTATTARMI
3385927789
profondorosso.78@libero.it

HOBBY E INTERESSI
AMO IL MARE, STARE IN COMPAGNIA, VIAGGIARE ED ASCOLTARE MUSICA

IL MIO BOX
CERCO UNA RAGAZZA MASSIMO 30ENNE, SINCERA E ONESTA PER UN RAPPORTO SERIO E DURATURO.

Nick:_____
Sesso_____Anni:_____
Come contattarmi:_____
La mia descrizione: _____
_____
Hobby e interessi:_____
_____
Il mio box: _____
Dati necessari alla redazione che non verranno pubblicati:
Nome e cognome* _____
Indirizzo*:_____
Città _____
Recapiti telefonici*: _____
E-mail*_____

DICHIARO DI AVERE PIÙ DI 18 ANNI.
Acconsento all'invio e uso dei miei dati personali in base alla legge 196/2003

firma_____

*Campi obbligatori - Gentile inserzionista, prima di confermare il tuo annuncio ti chiediamo di verificare attentamente tutti i dati inseriti. Ti ricordiamo che fornire dati ed indirizzi falsi è REATO. Gli annunci devono essere preventivamente verificati. Pertanto, potreste ricevere richieste da parte della redazione per la verifica del vostro annuncio, quelli recanti indirizzi falsi verranno CESTINATI automaticamente. I dati anagrafici NON verranno pubblicati ma conservati per uso archivio. ANNUNCI INVIATI VIA SMS, TELEFONO O TRAMITE QUALSIASI ALTRO MEZZO DIVERSO DAL COUPON NON VERRANNO PUBBLICATI.

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

FRUTTA
BACI
URBAN RING
Qualità
e Cortesia
al giusto prezzo
Abbigliamento
My Dream
Uomo - Donna - Bambino
COCONUDA
COCONUDINA
Disney
PLAYBOY
NUOVA COLLEZIONE
PRIMAVERA/ESTATE
Corso Sant'Agata, 2/A Loc. S. Agata (Piazza) - Massa Lubrense (Na)
Tel. 081 533 0230

KIDS CORNER

CRUCIPUZZLE

Seguendo l'esempio, cerca i nomi dei fiori in orizzontale e verticale, da sinistra a destra e dall'alto verso il basso. Quale fiore compare con le lettere rimaste?

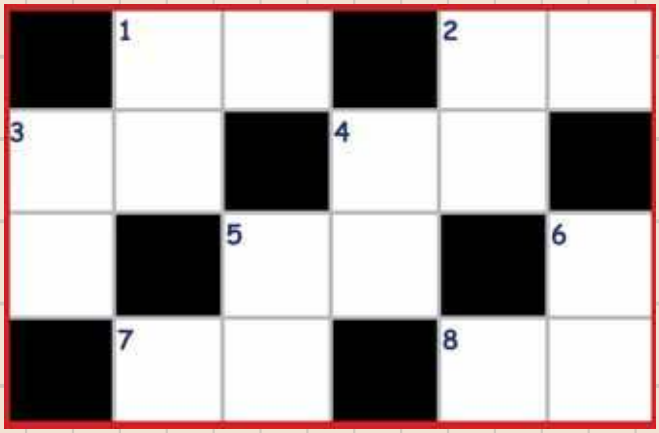
P	A	M	A	R	G	H	E	R	I	T	A
C	R	I	S	A	N	T	E	M	O	P	Z
A	O	M	A	G	I	G	L	I	O	V	A
L	S	O	R	C	H	I	D	E	A	I	L
L	A	S	T	U	L	I	P	A	N	O	E
A	P	A	P	A	V	E	R	O	V	L	A
B	U	C	A	N	E	V	E	E	R	A	O

AZALEA
BUCANEVE
CALLA
CRISANTEMO
GIGLIO
MARGHERITA
MIMOSA
ORCHIDEA
PAPAVERO
ROSA
TULIPANO
VIOLA

CHIAVE _____

NUMERI INCROCIATI

Conta fino a 20
Risolvi le operazioni e scrivi i risultati nelle caselle in orizzontale o verticale.



ORIZZONTALI
1. 10 + 8 =
2. 11 + 8 =
3. 9 + 4 =
4. 10 + 7 =
5. 6 + 5 =
7. 10 + 6 =
8. 12 + 2 =

VERTICALI
1. 6 + 7 =
2. 9 + 8 =
3. 12 + 2 =
4. 9 + 2 =
5. 7 + 9 =
6. 7 + 7 =

Pietro a Metrano

Ristorante - Pizzeria
Soggiorno

...da Noi Prime Comunioni
e Feste di Compleanno

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...

dal Lunedì al Venerdì
degustazione di pizze
a soli € 10,00 con
Birra da 33cl e dolce

Menù speciale ad un prezzo speciale

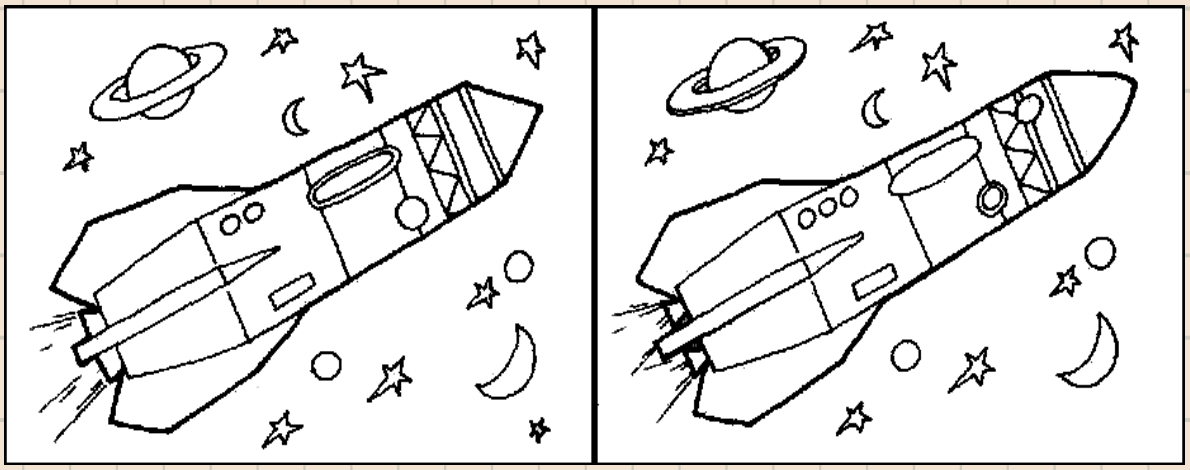
Via Nicola Pacifico, 2 - Loc. Metrano
Massa Lubrense (Na) - a 10 km da Sorrento
Tel. 081.808.1900 - **www.pensionemetrano.net**

Macelleria De Simone Giovanni

Carni macellate fresche
Salami di produzione paesana

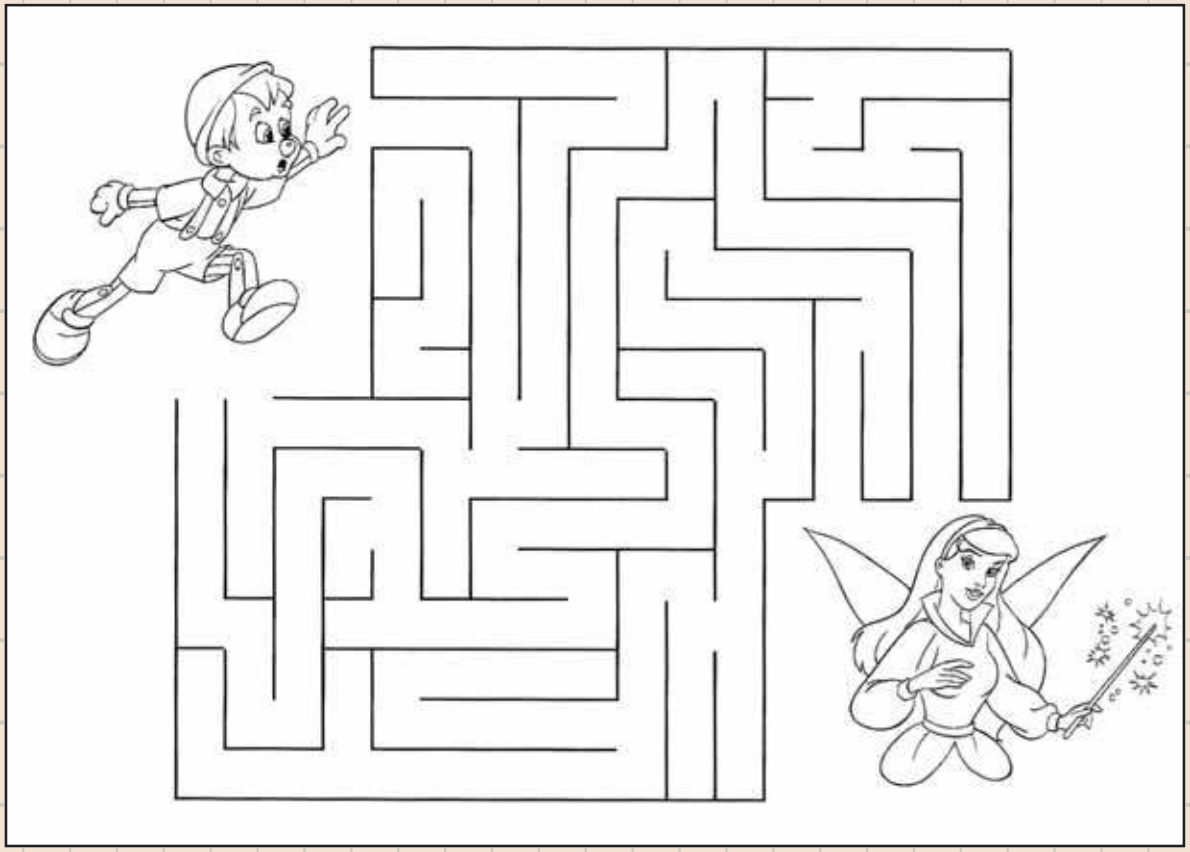
Corso Italia, 66 - Sant'Agnello - Tel. 081 878 2189

TROVA LE 7 DIFFERENZE



LABIRINTO

La Fata Turchina sta aspettando Pinocchio per trasformarlo finalmente in un bambino vero. Aiuta il burattino a raggiungerla senza perdersi per strada.



Ristorante Pizzeria Emilia

FORNO A LEGNA **PIZZA A PRANZO**

PIZZA e MENU COMPLETO 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"

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
www.ristorantepizzeriaemilia.it - www.celiachia.it
e-mail: ristorantebaremilia@virgilio.it

QUANTO SEI GELOSO/A?

La gelosia è un sentimento universale che caratterizza i rapporti a tre: lei, lui, l'altro o l'altra. Siamo gelosi quando abbiamo paura di perdere l'oggetto del nostro amore o del nostro possesso e diventiamo ansiosi e sospettosi oltre misura. Si tratta di un'emozione da non rifiutare e della quale non vergognarsi a meno che non oltrepassi certi limiti e non diventi patologica. La paura dell'abbandono e del rifiuto non sono solo l'angoscia della nostra infanzia ma anche il fantasma della maturità.

1 OGNI QUANTO ACCADONO E QUANTO DURANO I MIEI EPISODI DI GELOSIA?

A Provo sentimenti di gelosia in maniera episodica e transitoria. Sono pensieri che mi sfiorano la mente senza lasciare traccia. A volte io e la/il mia/o partner ne ridiamo insieme e poi siamo ancora più attratti l'uno dall'altro/a. ***1 punto***
B La gelosia mi assilla in certi momenti della giornata, poi mi distraggo e penso ad altro. Gli impegni e le relazioni sociali mi aiutano a non pensare. Il rapporto diventa però più freddo distaccato. ***2 punti***
C Il pensiero che lei/lui mi tradisca o semplicemente sia attratto da un altro/a, quando a volte mi assale, non mi abbandona qualsiasi cosa faccia. Divento insicuro/a mi chiudo in me stesso/a. ***3 punti***
D Sono spesso ossessionato/a dalla paura che un altro/a porti via il mio compagno. Mi sento triste, disperato/a. ***4 punti***

2 QUANDO SEI GELOSO/A HAI SEMPRE MOTIVO DI ESSERLO?

A Non penso siano motivi seri, ma può bastare uno sguardo o una parola di ammirazione per un altro/a per infastidirmi momentaneamente. ***1 punto***
B Se lei/lui mostra aperta ammirazione per un altro/a mi sento ferito/a, gelosa anche se non temo un tradimento. ***2 punti***
C C'è sempre un motivo che scatena la mia gelosia, basta poco per farmi sentire insicuro/a. Se viviamo un periodo di incomprensioni il timore di poter essere tradito/a aumenta insieme alla rabbia. ***3 punti***
D I motivi ci sono sempre, il mondo è pieno di tentazioni. Bisogna stare molto attente per tenersi stretto la/il propria/o partner, bisogna sempre competere con gli/le altri/e senza abbassare mai la guardia. ***4 punti***

3 CON CHI TE LA PRENDI QUANDO SEI GELOSO/A?

A Me la prendo con lei/lui. Non do' però importanza alla cosa, non penso assolutamente che possa compromettere il nostro rapporto. ***1 punto***
B Me la prendo principalmente con lei/lui, che forse non merita il mio amore. Se i miei sospetti si riveleranno fondati cercherò anch'io di ingelosirla/o per vedere se tiene veramente a me. ***2 punti***
C Me la prendo con entrambi, forse non sono all'altezza, non sono bellissimo/a, ma non merito di essere ingannato/a. ***3 punti***
D Me la prendo con l'altro/a. Se lui/lei non ci fosse sarei felice e lei/lui amerebbe solo me. ***4 punti***

4 CHE COSA FAI QUANDO DIVENTI GELOSO/A?

A Niente di particolare, qualche allusione scherzosa per vedere la sua reazione. ***1 punto***
B Cerco di reagire alla paura di essere lasciato/a, cerco di difendere la mia autostima e di non perdere la fiducia in me stesso/a. Se diventa un problema ne parlo con lei/lui. ***2 punti***
C Mi deprimo, vivo intense sensazioni negative su di me e su gli altri. Non ho voglia di comunicare i miei pensieri dei quali in parte mi vergogno. ***3 punti***
D Divento molto sospettoso/a. Di nascosto, cerco le prove del tradimento, controllo tutti i particolari, gli abiti, il portafoglio, il cellulare, il pc...potrei arrivare a seguirla/o quando esce. A volte tutto mi sembra assurdo ma non posso fare a meno di comportarmi così. ***4 punti***

5 DI CHI SEI GELOSO/A IN GENERE?

A Potrei esserlo di un altro/a molto bello/a o disinvolto/a che sembra attrarla/o. ***1 punto***
B Di un altro/a che sembra meglio di me: più bello/a, più simpatico/a, più intelligente e forse può interessarla/o. ***2 punti***
C Di un amico/a troppo presente e gentile, ma anche di un amica/o che me lo porta via per una serata, di suo fratello/sua sorella con la quale ha un'intesa particolare, di sua madre che lo/a capisce meglio me. Più la mia gelosia si estende più la mia autostima diventa fragile. ***3 punti***
D Di chiunque può compromettere la nostra unione, il nostro amore, la nostra intimità la nostra alleanza a due contro il mondo. Di chiunque può portarmelo via e che non potrà mai dargli tutto l'amore che gli so dare io. ***4 punti***

RAZIONALE, FIDUCIOSO/A E POCO GELOSO/A

FINO A 7 PUNTI

Sei una persona molto razionale sicura di te, di lei/lui, del vostro rapporto che è basato su una reciproca fiducia. **Sei molto poco geloso/a e non sembri temere eventuali distrazioni del tuo partner.** Non credi che la gelosia sia una dimostrazione di amore e non ti rattristi la vita con inutili dubbi e sospetti. Sembri anche padroneggiare i tuoi cenni di gelosia con molta ironia trasformandoli in emozioni eccitanti per la vostra vita di coppia. In fondo si può ridere e scherzare su ciò che sembra non far paura e così facendo si esorcizza una paura inconscia.

NORMALMENTE GELOSO/A

DA 8 A 11 PUNTI

Sei "normalmente" geloso/a, sai tenere a bada le tue emozioni con un corretto esame di realtà. Noti, registri, ma non indaghi e non drammatizzi. Trovi nella fiducia che hai in te stesso/a una base sicura che non ti fa vacillare. **Non vergognarti dei tuoi sentimenti, sono naturali e dimostrano interesse per il tuo partner.** Una certa tensione amorosa, un po' di imprevedibilità mantengono vivo il rapporto, ma forse per te sarebbe meglio comunicare di più piuttosto che chiuderti in te stesso/a. Far capire le ragioni di certi tuoi malumori e ricevere le spiegazioni che ti servono potrebbe essere un bene per entrambi.

GELOSIA ANSIOSA E INSICUREZZA

DA 12 A 15 PUNTI

Rischi di oltrepassare la soglia che delimita il confine della "normalità". Sei forse ancora troppo coinvolto/a nelle vicende infantili e nei possibili abbandoni che ti hanno privato dell'esclusività del tuo oggetto d'amore. Questo indebolisce la stima in te stesso/a e la fiducia di essere degno/a d'amore. Sembri soffrire in particolare di gelosia ansiosa e depressiva, non ti senti all'altezza del partner, ti chiedi se sei amato/a o meno, vivi con il timore di essere lasciato/a. **Tenta di elaborare i tuoi conflitti, di fortificare il senso di sicurezza personale e a ritrovare un po' di autonomia all'interno del tuo rapporto di coppia.** Sei troppo dipendente e possessivo/a, il tuo timore di stancarla/o potrebbe stancarla/o veramente. Prova a pensare: "lei/lui mi ama e io sono degna d'amore".

GELOSA SENZA LIMITI

DA 16 PUNTI IN POI

Sei eccessivamente geloso/a e forse se ti fermassi a pensarci riconosceresti l'assurdità del tuo comportamento. Il disagio che vivi può modificare la tua percezione della realtà, l'attenzione, la memoria, il pensiero, il tuo modo di essere. **Ti concentri su tutto ciò che riguarda la persona amata e le rivali, reali, presunte o addirittura immaginarie e tutta la tua vita ruota vorticosamente intorno all'idea del tradimento.** Le minacce, gli interrogatori, le suppliche che si alternano al disprezzo alla rabbia non fanno bene alla immagine che hai di te stesso/a. Per non soffrire più, lavora su te stesso/a e considera la possibilità di farti aiutare, non sarà un segno di debolezza ma forse un'ancora di salvezza.

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/e | 80067 | Sorrento | Na
tel./fax 0818074664
ufficio di Massa Lubrense: Via Filangieri, 32

COSE DA FARE ASSOLUTAMENTE A VENEZIA!

Se avete poche ore a disposizione per visitare la città, cercate di perdervi prima di visitare qualche museo o in qualche altra attrazione. Vagando a caso per la città potrete imbattervi in numerosissime ed affascinanti campi, palazzi e chiese veneziane, che vi sveleranno la parte meno conosciuta della città. Lasciatevi cullare dalla magica imperfezione delle calli di Venezia e dalla magia della sua suggestiva atmosfera.

Visitare la Basilica di San Marco: riconosciuta come una tra le più belle chiese italiane. Oltre ad essere splendida esternamente, il suo interno è impreziosito da celebri mosaici, che narrano la storia di San Marco insieme agli episodi dell'antico e nuovo Testamento. All'interno della Basilica sono inoltre presenti anche tre piccoli musei visitarli: il consiglio è quello di visitare il Museo di San Marco, dove sono custodite le copie originali dei cavalli presenti sulla facciata della Basilica. In questo modo potrete salire anche sulla balconata che si affaccia sulla piazza e goderne la meravigliosa vista dall'alto.

Vedere Piazza San Marco quando è vuota: il modo migliore per apprezzarla in tutto il suo splendore è di sera, dopo che i turisti se ne sono andati o la mattina presto, prima che arrivino. In ogni caso resterete ammaliati dal suo abbraccio, dalla perfezione delle sue forme armoniose, il tutto immersi in un silenzio irreale che renderà particolarmente magica la vostra esperienza.

Tour in Vaporetto per il Gran Canale: il modo più semplice ed efficace per visitare Venezia è girarla a piedi, ma per ammirare la lunga sequenza dei meravigliosi palazzi che si affacciano su Canal Grande può essere una buona idea un tour sui battelli di linea (detti dai veneziani "vaporetti"). Le linee che percorrono Canal Grande sono la Linea 1 e la Linea 2. La prima è più lenta poiché effettua tutte le fermate, mentre la seconda percorre il canale più velocemente, effettuandone solo alcune.

Visita a Murano di una bottega del vetro: tappa obbligatoria per chi visita Venezia per la prima volta. Murano è la le numerose isole della laguna di Venezia una delle più vicine e quindi più facilmente raggiungibile. Se con voi viaggiano anche bambini piccoli, la visita ad una bottega del vetro sarà una tappa educativa oltre che estremamente divertente.

Visitare il Palazzo Ducale: proprio di fianco alla Basilica

PERDERSI A VENEZIA: NON C'E' COSA MIGLIORE CHE PERDERSI A VENEZIA, VAGANDO SENZA ALCUNA META PER LE SUE CALLI E I SUOI CAMPI.

di San Marco si trova il celebre Palazzo dei Dogi, senz'ombra di dubbio il più del palazzo di Venezia. Si tratta di un perfetto esempio di architettura civile in stile gotico fiorito. Al suo interno difatti si dispiega tutta la potenza e ricchezza della Repubblica Serenissima, in un tripudio di capolavori che lascia senza fiato. Nel biglietto è compresa la visita alle celebri prigioni, che si raggiungono passando all'interno del Ponte dei Sospiri.

Salire in cima al Campanile di San Marco: per godere di una vista completa della Basilica, della Piazza e dell'intera città di Venezia dall'alto, potete acquistare il biglietto per salire in ascensore sulla cima del campanile, situato davanti alla Basilica. La vista è semplicemente memorabile: lo sguardo percorre tutta la città, la laguna, la terraferma e nei giorni di vento si possono vedere in lontananza anche le montagne.

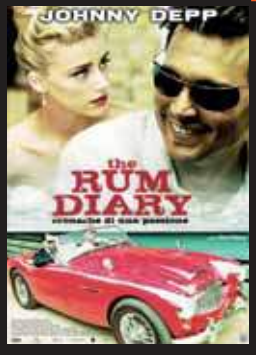
Passeggiare per le strade di Burano: non potete perdere una visita a quest'isola raggiungibile con i battelli di linea. Visitare Burano è qualcosa di unico: non è molto affollato, le case sono coloratissime ed impossibile non essere sorridenti dopo una passeggiata per le sue strade. L'isola è inoltre celebre per la produzione artigianale di merletti.

Visitare all'isola di Torcello: proprio di fronte a Burano. Questa è la culla della civiltà veneziana, qui si trovavano i primi insediamenti urbani in laguna, case e chiese realizzate dalle genti venete in fuga dalle invasioni barbariche. Nei secoli, per problemi di insalubrità della zona, venne via via abbandonata. Oggi restano la Cattedrale di Santa Maria Assunta risalente al VII secolo, la Chiesa di Santa Fosca, l'interessante Museo di Torcello e il curioso sedile in pietra conosciuto come il "trono di Attila.

Passeggiare per il mercato di Rialto: per conoscere appieno la cultura veneziana è necessaria una passeggiata in questo antico mercato esiste da circa mille anni, e fin dalla fondazione della città lì si vendono frutta e verdura, ma sopratutto l'onnipresente pesce. E' una vera delizia girovagare tra i suoi coloratissimi banchi, alla scoperta di prodotti tipici, come la castraure, i bruscandoli e le sparesee.

Cinema i film del mese di APRILE

The Rum Diary Cronache di una passione



Film d'avventura, drammatico della durata di 120 min. diretto da Bruce Robinson e interpretato da Johnny Depp, Aaron Eckhart, Michael Rispoli, Amber Heard.
Prodotto nel 2011 in USA e distribuito in Italia da 01 Distribution il giorno 24 aprile 2012.

Trama: Paul Kemp è un giornalista freelance la cui vita giunge ad una svolta quando si trova a scrivere per un dimesso e fatiscente giornale dei Caraibi. Da New York a San Juan, la sua vita si trasforma in una sfida a più livelli. Catturato da un vortice di alcool, donne ed eccessi di ogni tipo dovrà lottare per realizzare i suoi sogni di scrittore e salvarsi da un gruppo di anime, perse tra l'autodistruzione e i traffici illeciti dell'America del proibizionismo.

Street Dance 2

Film musicale della durata di 85 min. diretto da Max Giwa, Dania Pasquini e interpretato da Tom Conti, George Sampson, Falk Hentschel, Sofia Boutella. Prodotto nel 2012 in Gran Bretagna e distribuito in Italia da Eagle Pictures il giorno 18 aprile 2012.

Trama: Dopo essere stato sconfitto e umiliato dal fortissimo gruppo americano degli Invincible, lo street dancer Ash medita di prendersi la rivincita. Si mette quindi alla ricerca dei migliori ballerini per organizzare un numero unico nel suo genere. Durante i suoi viaggi incontra e si innamora di Eva, una strepitosa ballerina di salsa che gli farà scoprire la magia di un mondo differente, ricco di incanto e passione.

Ho cercato il tuo nome

Film drammatico, romantico diretto da Scott Hicks e interpretato da Zac Efron, Taylor Schilling.
Prodotto nel 2012 e distribuito in Italia da Warner Bros il giorno 25 aprile 2012.

Trama: Logan Thibault, un marine sopravvissuto a tre missioni in Iraq, attribuisce la propria buona sorte alla foto di una donna che non ha mai incontrato, ma che porta sempre con sé. Il suo ritorno in North Carolina coinciderà, perciò, con l'inizio delle ricerche della donna misteriosa.

Seafood - Un pesce fuor d'acqua

Film d'animazione della durata di 78 min. diretto da Aun Hoe Goh. Prodotto nel 2011 in Malesia e distribuito in Italia da Moviemax il giorno 04 maggio 2012.

Trama: Quando dei bracconieri rubano decine di sacchi di uova dal suo reef, il mini-squalo Pup inizia la sua personale missione per salvarli. Questa missione di salvataggio lo porta fuori dall'acqua nel mondo degli umani, un luogo pieno di grande bellezza e pericoli. Terrorizzato per la sicurezza di Pup, lo squalo pinna bianca Julius decide di andare con lui per proteggere il suo migliore amico ...con un abito stravagante che gli permette di respirare anche fuori dall'acqua! Nel frattempo, forze del male escogitano un piano diabolico per invadere la barriera corallina in assenza degli squali!

To Rome with Love

Commedia diretta da Woody Allen e interpretato da Penelope Cruz, Alec Baldwin, Jesse Eisenberg, Ellen Page, Roberto Benigni, Woody Allen, Judy Davis, Riccardo Scamarcio, Greta Gerwig, Antonio Albanese.
Prodotto nel 2012 e distribuito in Italia da Medusa il giorno 20 aprile 2012.

Trama: Nel cuore della Città Eterna, si snodano diverse storie: un architetto americano molto noto che rivive la sua gioventù, un borghese romano qualunque che all'improvviso si trova ad essere la massima celebrità di Roma, una giovane coppia provinciale attratta in incontri romanici separati, e un regista americano di opera che tenta di far salire sul palcoscenico un impresario di pompe funebri cantante.

Bel Ami - Storia di un seduttore

Film drammatico della durata di 103 min. diretto da Declan Donnellan, Nick Ormerod e interpretato da Robert Pattinson, Christina Ricci, Uma Thurman, Kristin Scott Thomas. Prodotto nel 2012 in Italia, Gran Bretagna, Francia e distribuito in Italia da 01 Distribution il giorno 13 aprile 2012.

Trama: Dopo essersi congedato dall'esercito, Georges Duroy arriva a Parigi con l'intento di fare fortuna. Il giovane inizialmente trova un modesto impiego, ma l'incontro con suo ex-commilitone, Forestier, gli apre le porte del giornalismo e lo porta a entrare in contatto con persone di un certo livello. Furbo e seducente, Georges sa farsi avanti con ogni mezzo, ma soprattutto servendosi delle donne, in un mondo corrotto e pieno di tumulti come quello della politica e del giornalismo.

JAGUAR F-TYPE
IL "JAGUARINO" ARRIVA NEL 2013

Il successo ottenuto dalla concept car C-X 16 ha convinto Jaguar ad accelerare lo sviluppo di una sportiva agile e leggera che da tanto manca nella gamma della Casa di Coventry. **L'annuncio è stato dato da Adrian Hallmark, Global Brand Director di Jaguar Cars, al Salone di New York, dove è stato svelato anche il nome del futuro modello.** Nel solco della tradizione delle leggendarie C-Type, D-Type ed E-Type, la nuova Jaguar si chiamerà F-Type e sarà presentata nella sua versione definitiva per la produzione nel corso dell'anno, mentre la commercializzazione è prevista per la metà del 2013.

PROVATA DA BRUNDLE

A differenza della concept C-X16, sarà una spider due posti con tetto in tessuto e dalle prime immagini si nota già una certa somiglianza con la XK Convertible soprattutto nel frontale. Una chicca sarà lo spoiler retrattile al posteriore.

BRITISH LIGHT

Le caratteristiche tecniche ed i dettagli della F-Type saranno annunciati nel corso del 2012, ma già possiamo anticipare che la nuova roadster del Giaguaro avrà un telaio in alluminio che assicurerà leggerezza e reattività al telaio, mentre sotto il cofano sarà ospitata una nuova gamma di motori a benzina.

L'AUTO ELICOTTERO SI CHIAMA PAL-V ONE

Gli Stati Uniti e l'Olanda si sfidano a colpi d'ala per immettere sul mercato l'auto-aereo. **Il sogno più comune al mondo di trasformare un mezzo stradale in uno aereo** (e magari subacqueo) **si è già realizzato in entrambi gli stati**, ma le fasi di commercializzazione dei due progetti sono molto diverse. In America la Terrafugia Transition debutta al Salone di New York ed è già in vendita a circa 200mila euro; in Europa la PAL-V-ONE (Personal Air and Land Vehicle), ovvero l'auto elicottero prodotta dall'omonima azienda PAL-V-EUROPE BV in collaborazione con il laboratorio nazionale olandese aerospaziale e l'Università di Delft, cerca investitori. Il progetto, molto interessante, è infatti solo all'inizio di una possibile produzione.

Nonostante la PAL-V-ONE sembri già un'auto pronta ad essere venduta, al momento è solo una sorta di prototipo marciante/volante. Ha 3 ruote e si trasforma da auto ad elicottero in 10 minuti. In realtà però non è un elicottero vero e proprio, ma piuttosto un autogiro perché il motore non aziona il rotore principale, che è invece messo in moto dal flusso d'aria che lo investe. Il motore dell'PAL-V-ONE è alimentato a benzina ed ha un'autonomia in volo compresa tra i 350 e i 500 km, mentre può viaggiare in strada per quasi 1200 km. La velocità massima è di 180 km/h sia a terra che in aria. **Per guidare l'auto-elicottero però ci vorrà una patente speciale, per cui è stimabile un periodo di pratica di circa 20-30 ore.**

Gargiulo Impianti

CENTRO ASSISTENZA ELETTRODOMESTICI

VENDITA ed ASSISTENZA

ELETTRODOMESTICI - CLIMATIZZATORI
RICAMBI e ACCESSORI

weber

IGNIS smeg ZANUSSI CANDY NARDI
ARISTON REX Electrolux Foster

SANT'AGNELLO - VIA MAIANO VECCHIO, 10
Tel./Fax. 081.8782445 Cell. 338.1269749
gargiuloimpianti@gmail.com - www.gargiuloimpianti.it

BENZINA,
ECCO ALCUNI CONSIGLI PER RISPARMIARE

Già altre volte negli scorsi mesi abbiamo ricordato quanto stiano crescendo i prezzi dei carburanti nelle principali stazioni di servizio, ed abbiamo indicato come uno dei metodi più semplici per risparmiare sul costo della benzina sia certamente quello di rivolgersi ai distributori no logo, le pompe bianche. ***Ma è possibile risparmiare anche senza cambiare distributore di fiducia?***
La risposta non può che essere positiva. Diverse decine di euro, ogni anno, possono essere risparmiate semplicemente facendo affidamento a uno stile di guida e di utilizzo dell'auto maggiormente consono alle esigenze di efficientamento energetico.

QUALCHE CONSIGLIO BASILARE:

Evitare stili di guida aggressivi: le strade urbane ed extraurbane non sono delle piste di Formula 1.

Evitare continui cambi di marcia, accelerate ed eccessivo sfruttamento dei pieni giri del motore.

Rispettare i limiti di velocità: oltre che per evitare sanzioni amministrative molto salate, è una linea guida davvero utile per cercare di risparmiare il proprio carburante. Le forti accelerazioni, così come le improvvise decelerazioni, consumano maggiore benzina. Meglio mantenere uno stile di conduzione dell'auto maggiormente sobrio, con velocità non superiore ai limiti imposti.

Effettuare una manutenzione regolare dell'auto: il veicolo deve essere sottoposto a periodici controlli da un esperto. Il livello dell'olio, l'opportuno gonfiaggio dei pneumatici e la pulizia del vano motore, sono solamente alcuni dei principi di mantenimento dell'efficienza dell'auto, che ogni automobilista dovrebbe rispettare.

Non esagerare con l'aria condizionata: l'aria condizionata d'estate, e il riscaldamento d'inverno, aumentano certamente il comfort nell'abitacolo, soprattutto quando ci si trova nelle condizioni di dover effettuare lunghi spostamenti. Tuttavia, anche in questa occasione, è bene non esagerare. Il rispetto dell'ambiente e un minor consumo di carburante possono essere garantiti con un mantenimento di non eccessive differenze di temperatura tra l'ambiente interno e quello esterno.

Non sovraccaricare il veicolo: a meno che non sia estremamente necessario, è sconsigliabile caricare il proprio veicolo con pesi eccessivi. Il motore dell'auto, infatti, subirà significativi sforzi, con maggiori consumi conseguenti.

HONDA U3-X:
UN CONCEPT PER LA MOBILITA' PERSONALE

La Honda propone una sua interpretazione del concetto di mobilità personale presentando il veicolo U3-X, che sarà esposto a Parigi presso il museo "Cité de l'Architecture et du Patrimione" (Museo di Architettura e Patrimonio Nazionale) durante la mostra "Muoversi: Città, mobilità e architettura", che ha aperto i battenti dal 4 aprile fino al 26 agosto 2012.

L'EREDE DEL MONOCICLO

L'Honda U3-X è un dispositivo progettato dal Centro Ricerca e Sviluppo Honda. Questo concept viene proposto come "una nuova forma di mobilità e un ulteriore passo avanti verso una perfetta fusione tra uomo e macchina".
Le differenze sostanziali tra U3.X e un monociclo sono la capacità di rimanere automaticamente in equilibrio e, ovviamente, la propulsione elettrica anziché umana.
La Honda si è ispirata nel progetto a un suo cavallo di battaglia di sempre: il robot Asimo che è in grado di trovare un proprio punto di equilibrio in autonomia.
L'U3-X può stare in posizione verticale attraverso il controllo del proprio baricentro, con un sistema che probabilmente sfrutta concetti simili a quelli adottati dal SegWay.
Il sistema di trazione a ruota unica, definito Honda Omni Traction Drive System, **permette all'U3-X di girare liberamente e senza difficoltà in tutte le direzioni.** Alla persona in sella non resta che muovere la parte superiore del corpo per spostare il peso e quindi controllare la direzione di marcia.

10 CHILI PER UN'ORA DI AUTONOMIA

Honda ha progettato U3-X perché sia utilizzato in maniera intuitiva in luoghi chiusi o spazi ridotti, quali musei, aeroporti o centri commerciali. I suoi dati tecnici lo rendono davvero un oggetto facilmente trasportabile in auto o in scooter, visto che misura solo 315 x 160 x 650 mm e pesa 10 kg.
La trazione è garantita da una batteria agli ioni di litio in grado di assicurare un'ora di autonomia.

VIENI DA OROCASH

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

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

TRENI CIRCUMVESUVIANA

www.vesuviana.it

Orario Invernale

Treno	Cat.	Sorrento	Piano	Vico E.	C.mare	Pompei	Ercolano	Napoli
10	D	6.01	6.06	6.12	6.21	6.31	6.49	7.07
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
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
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

Treno	Cat.	Napoli	Ercolano	Pompei	C.mare	Vico E.	Piano	Sorrento
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
1013	D	6.46	7.02	7.22	7.31	7.40	7.48	7.52
15	D	7.11	7.28	7.47	7.57	8.06	8.13	8.17
17	D	7.39	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
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
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

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

www.caremar.it
Biglietteria: 081.8073077 - Fax: 081.8072479 - E-Mail: caremar.sorrento@syrene.it

SORRENTO - CAPRI

Sorrento	7.45	9.25	14.30	19.25	**Capri**	7.00	8.40	13.35	18.45
Capri	8.05	9.50	14.55	19.50	**Sorrento**	7.25	9.05	14.05	19.15

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
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
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

Le Aquile

CENTRO D'ARTE ED ANTICHITÀ

La nostra attività nasce dalla volontà di creare un vero e proprio atelier d'arte, al fine di rivivere quelle atmosfere raffinate del passato. L'invito a visitare il nostro show-room è rivolto ad appassionati, collezionisti, persone capaci di stabilire con le cose rapporti di passione che vanno oltre gli aspetti funzionali. Da noi troverete il piacere di acquistare un pezzo raffinato, di qualità e di sicura originalità, sia che si tratti di mobili, oggettistica o quadri.

VIA NAZIONALE N° 273 - ANGRI (SA)
TEL. 331 7199296 - 393 0164789

500 mq di esposizione dove troverai le cose più belle col prezzo più basso
ARREDA LA TUA CASA CON GUSTO!!!
Da noi troverai tutto ciò che hai sempre sognato e cercato al MIGLIOR PREZZO
Con
PAGAMENTI PERSONALIZZATI
potrai avere la casa più bella.
INVESTI NEL TUO FUTURO
NON BUTTARE SOLDI
ACQUISTA CON SERENITÀ
E TRANQUILLITÀ

Visita il nostro Sito: prestige.antiquis.it

A RICHIESTA FORNIAMO CERTIFICATI D'AUTENTICITA' PER OGNI SINGOLO PEZZO

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	-	-	-	-	8.00	-	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 Tiglieno	5.25	6.25	7.20	7.55	8.40	9.15	9.40	-	10.30	10.45	11.25	-	12.20	-	13.25	-	14.35	15.35	16.20	17.15	-	17.20	18.10	-	19.10	-	20.15	21.40	22.30
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	-	9.50	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 Tiglieno	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	11.30	13.45	16.35	17.55
Massa Lubrense	-	-	10.50	11.25	13.50	-	18.00
Meristemi	-	-	10.40	-	-	-	-
Termini	-	-	10.50	-	-	-	-
Schiazzano	8.45	-	-	11.35	14.00	-	18.10
Bivio Tiglieno	-	-	-	11.45	-	-	18.20
S. Agata	-	-	-	11.55	-	-	18.30

S. Agata	-	-	-	-	-	13.30	-
Bivio Tiglieno	-	-	-	-	-	13.40	-
Schiazzano	7.10	-	8.50	-	-	-	14.00
Termini	-	7.35	-	10.55	-	-	-
Meristemi	-	7.20	-	11.05	-	-	-
Massa Lubrense	7.20	7.30	9.00	11.15	-	13.45	14.10
Marina Lobra	7.25	-	9.00	11.20	12.50	13.50	-
Massa Lubrense	7.30	-	9.10	-	12.55	-	-
Sorrento	7.50	7.50	9.30	-	13.15	-	14.30

Sorrento	-	-	-	-	-	16.35	16.40
Massa Lubrense	-	-	-	-	-	16.40	16.45
Marina Lobra	-	-	-	-	-	16.45	-
Massa Lubrense	7.30	-	9.10	-	12.55	-	-
Sorrento	7.50	7.50	9.30	-	13.15	-	14.30

Sorrento	-	-	-	-	-	17.00	17.05
Massa Lubrense	-	-	-	-	-	17.05	-
Marina Lobra	-	-	-	-	-	17.10	-
Massa Lubrense	-	-	-	-	-	17.15	-
Meristemi	-	-	-	-	-	17.20	-
Termini	-	-	-	-	-	17.25	-
Schiazzano	-	-	-	-	-	17.30	-
Bivio Tiglieno	-	-	-	-	-	17.35	-
S. Agata	-	-	-	-	-	17.40	-

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	7.30	8.00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
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	-	20.40	-	20.40	-	-	-	-
Bv. S.Agata	6.20	6.30	6.40	6.45	7.05	7.40	8.20	8.35	8.50	9.05	9.50	10.20	10.30	10.50	11.00	11.15	11.30	11.40	11.55	12.40	12.55	13.05	13.35	13.50	14.05	14.35	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	20.40	21.05	21.20	21.40	22.20	23.20
Priora	6.25	6.35	6.45	6.50	7.10	7.45	8.25	8.40	8.55	9.10	9.55	10.15	10.25	10.55	11.05	11.20	11.35	11.45	12.00	12.45	13.00	13.10	13.40	13.55	14.10	14.40	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	21.45	22.25	23.25
Sorrento	6.40	6.50	7.00	7.05	7.25	8.00	8.40	8.55	9.10	9.25	10.10	10.30	10.40	11.10	11.20	11.35	11.50	12.00	12.15	13.00	13.15	13.25	13.55	14.10	14.25	14.55	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	22.00	22.40	23.40

Sorrento	6.50	6.55	8.05	8.30	9.00	9.30	10.05	10.30	11.00	11.30	12.00	12.15	12.30	13.00	13.15	13.30	14.00	14.30	15.00	15.30	16.00	16.30	17.00	17.30	18.00	18.30	19.00	21.00	23.00
Priora	7.05	7.10	8.20	9.05	9.15	9.45	10.20	10.45	11.15	11.45	12.15	12.30	12.45	13.15	13.30	13.45	14.15	14.45	15.15	15.45	16.15	16.45	17.15	17.45	18.15	18.45	19.15	21.15	23.15
Bv. S.Agata	7.20	7.25	8.35	9.20	9.30	10.00	10.35	11.00	11.30	12.00	12.30	12.45	13.00	13.30	13.45	14.00	14.30	15.00	15.30	16.00	16.30	17.00	17.30	18.00	18.30	19.00	19.30	21.30	23.30
S. Agata	7.35	7.40	8.50	9.35	-	-	10.50	-	11.45	-	12.45	-	13.45	-	14.00	14.15	14.45	15.15	15.45	16.15	16.45	17.15	17.45	18.15	18.45	19.15	19.45	21.45	23.45
S. Agata Torca	-	7.50	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

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

Amalfi	6.00	7.15	8.00	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	15.30	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	-	17.10	17.45	-	18.15	-	-	-	-	-	-	-	-
Piano Sorrento	7.45	8.40	9.30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	14.25	14.55	-	-	-	15.55	-	17.20	17.55	-	18.25	-	-	-	-	-	-	-	-
S.Agnello	7.50	8.45	9.35	-	-	-	-	-	-	-	-	-	14.30	14.58	-	-	-	15.58	-	17.25	17.58	-	18.30	-	-	-	-	-	-	-	-
Bv. S.Agata (N.Verde)				8.50	10.20	10.50	11.15	11.50	12.20	12.50	13.30	14.15			15.10	15.20	15.30	-	16.35		-	18.20	-	18.50	-	19.20	20.20	21.20	-	23.20	1.20
S. Agata				-	-	-	-	-	-	-	-	-			-	-	-	-	-		-	-	-	-	-	-	-	-	22.20	-	-
Bivio Tiglieno				-	-	-	-	-	-	-	-	-			-	-	-	-	-		-	-	-	-	-	-	-	-	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	22.50	23.40	1.40

Sorrento	-	6.30	8.30	9.45	9.00	9.15	9.30	9.45	10.05	10.20	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	19.25	20.00	21.00	22.00	23.00
Massa Lubrense	-	-	-	8.05	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15.50	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Bivio Tiglieno	-	-	-	8.10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15.55	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
S. Agata	-	-	-	8.20	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16.05	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Bv. S.Agata (N.Verde)	-	-	-	-	8.20	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	-	6.52	8.52	-	-	-	-	9.47	-	10.22	10.52	-	-	-	-	-	-	-	14.02	14.52	-	-	16.22	16.52	-	-	18.27	-	-	-	-	-	-
Piano Sorrento	-	6.58	8.58	-	-	-	-	9.52	-	10.28	10.58	-	-	-	-	-	-	-	14.08	14.58	-	-	16.28	16.58	-	-	18.33	-	-	-	-	-	-
Meta	-	7.40	9.40	-	-	-	-	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	11.10	11.20	11.50	12.20	12.50	13.05	13.20	13.50	14.20	14.40	15.10	15.30	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	-	10.55	11.10	11.15	11.45	11.55	12.10	12.40	13.10	13.40	-	14.00	14.40	15.10	15.40	16.00	16.25	17.25	17.55	17.55	18.40	19.25	19.55	20.25	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

Allianz Lloyd Adriatico

Usi poco l'auto?
Puoi risparmiare molto sulla polizza auto.

All'auto preferisci lo scooter e i mezzi pubblici, o in famiglia c'è una seconda macchina che tutti usate poco? Pensi che l'assicurazione RC Auto ti stia costando un po' troppo per l'uso che ne fai?
Allora è arrivato il momento di scoprire SestoSenso KM, l'assicurazione "a consumo" che taglia il costo sui chilometri che fai. Una polizza su misura per te, e la qualità è sempre Allianz.

I vantaggi

Convenienza: paghi solo per i chilometri effettivamente percorsi e puoi risparmiare da subito fino al 50% sul premio RC Auto. E dal secondo anno il risparmio può arrivare al 90%.

Protezione: viaggi sempre sicuro con i servizi di assistenza satellitare, e hai maggiore tranquillità per te e la tua famiglia.

Comodità: non paghi tutto subito, ma solo un po' alla volta.

Verifica la convenienza

Percorrenza: 5.000 Km annui	Bonus Malus tradizionale Allianz	SestoSenso KM	Risparmio
RC Auto	€645	€ 422	€ 223
RC Auto + Incendio e Furto	€940	€ 630	€ 310

Tutta la protezione dei servizi satellitari

SestoSenso KM installa sulla tua auto l'impianto satellitare Allianz Box, che oltre a conteggiare i chilometri che fai, ti garantisce migliori servizi di assistenza e protezione, 24 ore su24.

E paghi un po' alla volta

SestoSenso KM ti viene incontro anche nel pagamento, perché quando stipuli la polizza anticipi solo una parte della spesa. Il resto lo saldi alla fine di ogni trimestre

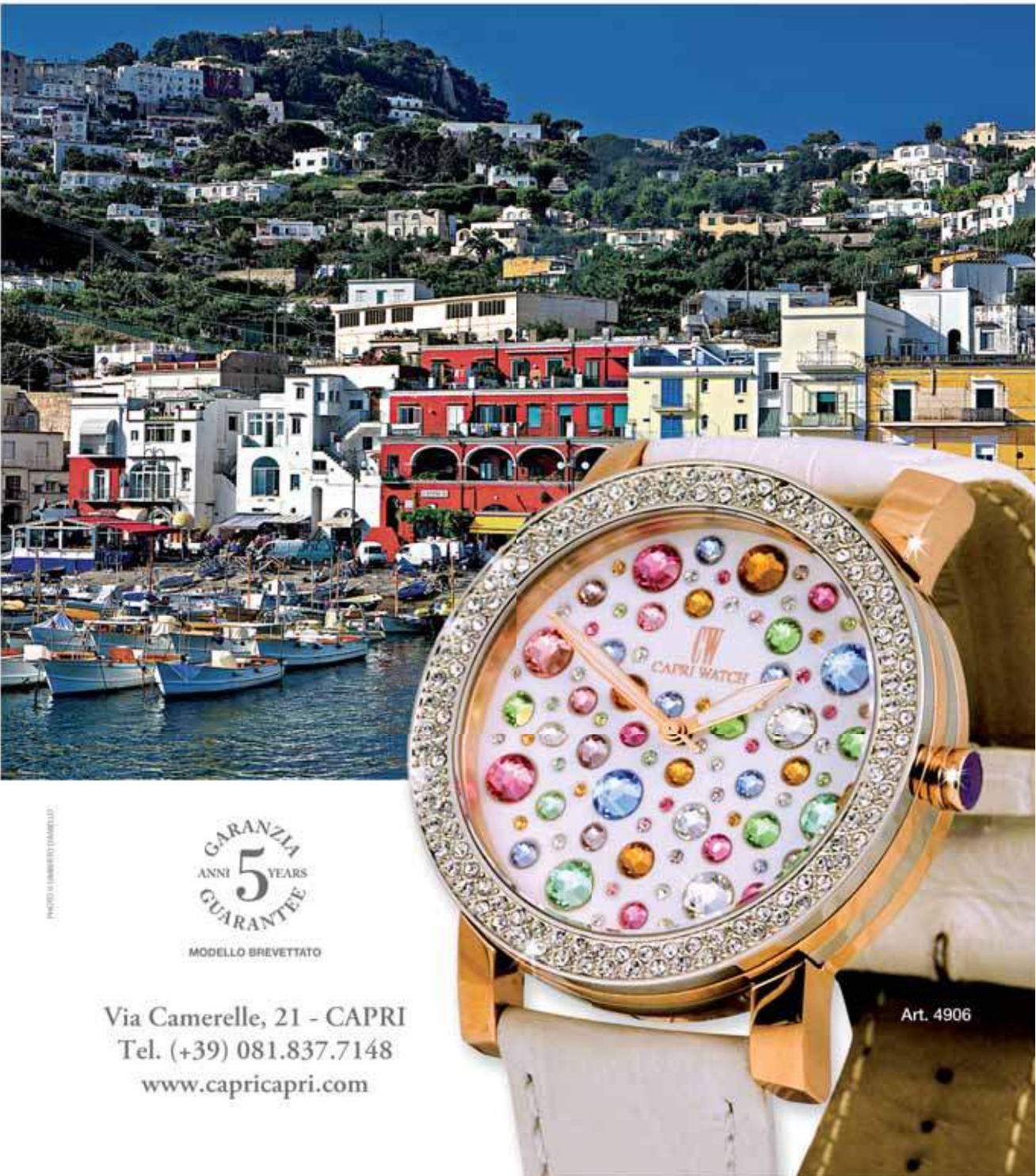
SestoSenso KM
Taglia i costi della polizza auto su misura per te

Allianz Lloyd Adriatico
Gardullo s.a.s.

Ti aspettiamo presso la nostra sede per illustrarti i vantaggi delle nostre offerte assicurative

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

CAPRI WATCH® *Il Tempo di Capri*



GARANZIA 5 ANNI YEARS GUARANTEE

MODELLO BREVETTATO

Art. 4906

Via Camerelle, 21 - CAPRI
Tel. (+39) 081.837.7148
www.capricapri.com