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

Mensile - Anno 9 - N° 05 - **Maggio 2012**

LEGGIMIGRATIS

Motofficina srl

Vendita - Assistenza - Ricambi Moto

SYMPHONY 125 S

DA € 1815,00 FC.

I ♥ SYM

PREZZO IMBATTIBILE PER VEICOLI PENSATI PER DURARE A LUNGO

CONCESSIONARIA SYM Engine of Life

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

SORRENTO - VIA DEGLI ARANCI, 101

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

SOLE & VISTA

OCCHIALI DA SOLE FIRMATI CON LENTI GRADUATE

DA 129 €

FINO AL 4 LUGLIO 2012

www.salmoiraghievigano.it

Offerta valida su occhiali da sole selezionati abbinati a lenti monofocali standard con trattamento indurente e colorazione. L'offerta prevede vari tipi di lenti e di trattamenti, consulta il listino all'interno del punto vendita. Offerta non cumulabile con altri sconti o promozioni in corso.

*Occhiali nell'immagine puramente esemplificativi. Soddisfatti o rimborsati.

salmoiraghi & viganò

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

Fitness experience

ULYSSE FITNESS

Operazione Qualità

Prevendita a
NUMERO LIMITATO
per la stagione 2012/2013
solo entro il 30 giugno 2012

Prenota un appuntamento
con le nostre consulenti telefonando
allo **081.8774923 - interno 1**

Non perdere l'**ULTIMA OCCASIONE** per conquistarti un posto all'Ulysse a prezzo scontato

APERTI ANCHE AD AGOSTO

Per info & Prenotazioni
Tel. 081.8774923 interno 1
Via del mare, 22 - Sorrento (Na)
www.ulyssesorrento.com - info@ulyssesorrento.com

ULYSSE
Wellness Experience

ARR

Veste la tua casa...

dallo stile classico al moderno...

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

REDAMENTI

di Claudio & Luigi Gargiulo

Eccezionali Sconti su molta merce in magazzino

Camerette per Bambini a metà prezzo

Salotto in pelle (colore blu)
3 posti + 2 poltrone
~~€ 3.000,00~~
€ 1.500,00

Salotto in pelle (colore crema)
3 posti + 2 posti
€ 1.000,00

Armadio bianco frassinato
2,70 mt. (ante battenti)
~~€ 1.900,00~~
€ 1.000,00

Divani in ecopelle (colore bianco)
3 posti + 2 posti
€ 700,00

Letto con contenitore
colore ghiaccio
~~€ 1.464,00~~
€ 750,00

...e tanto altro

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

Anno 9 - Numero 5

MAGGIO 2012

24

18

30

Cari lettori,
chi di voi in questi giorni si trova a dover rinnovare l'assicurazione del proprio motorino? E' sconcertante recarsi presso l'agenzia assicurativa e sentirsi sparare in faccia una cifra da capogiro!
Ci vuole un bel po' di tempo per riprendersi dallo shock, la testa ti gira, hai la nausea, tutto ti balla intorno… ma non stai in alto mare, stai solo cercando di quantificare a livello razionale i'importo salatissimo del premio assicurativo. Ma che c'è di razionale in tutto? Niente! Cerchi di sforzarti di capire, ma proprio non ci riesci. La soluzione? Te la prendi con l'agente? Con la compagnia? A che serve? Non esistono sconti. Siamo tutti sulla stessa barca, almeno qui al Sud è così. Che rabbia poi quando senti i tuoi parenti che si sono trasferiti al Nord che ingenuamente (non è vero: ci godono a farti rosicare dall'invidia) ti raccontano di quanto poco costi la polizza auto o motorino da loro. Purtroppo è questa la realtà da noi: anche se sei un assicurato virtuoso non vieni premiato, si fa di tutta un erba un fascio e sei costretto a rimetterci per colpo di chi ne approfitta… a spese tue.
Come diceva il grande Totò: "E io pago!"

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

IN OGNI NUMERO

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

QUESTO MESE...

Calcio
18 **Euro 2012**
Dall'8 giugno al 1° luglio tutti in campo per vincere il trofeo della 14^ edizione degli Europei

Benessere
22 **Rolfing, il nuovo pilates**
Pochi lo conoscono, ma chi ne sfrutta i benefici sa che è un'ottima alternativa al Pilates

Chirurgia
24 **Donne e chirurgia estetica**
Oggi la chirurgia estetica è per molte, non è sempre un vezzo o un capriccio

Ecologia
26 **Creare profumi in casa**
Economico ed ecologico, ecco come fare per una fragranza naturale fai da te

Affari di cuore
28 **Coppia: consigli in pillole**
Era un grande amore e... ora? Le giornate sono tristi, le serate noiose. Come evitare tutto ciò?

Bellezza
30 **Trucco: gli errori frequenti**
Il trucco ci fa belle. Almeno così dovrebbe essere. Ma usato in modo sbagliato, può danneggiarci

Mondo bimbi
34 **Bambini che mordono**
Il mordere di solito per i bimbo sull'anno di età è un modo per scoprire quello che lo circonda

Moda
36 **Ballerine**
Rasoterra, comodissime, nate per chi nella vita va veloce ma non rinuncia ad essere glam & chic

Personaggi
38 **One Direction**
Fanno musica orecchiabile, sono giovani e affascinanti. A maggio torneranno in Italia

Viaggi
40 **Week-end a Firenze**
E' un luogo comune che Firenze si possa visitare in due giorni: niente di più falso

Videogiochi
90 **Star Wars su Kinect**
Da oggi grazie al kinect, è possibile diventare uno Jedi almeno una volta nella vita

Test
84 **Sopporti la pressione?**
Un esame, il primo appuntamento, un lavoro da finire rapidamente. Riesci ad affrontare?

Auto & Co.
88 **Super Cruise**
Anche GM sta studiando un sistema in grado di sterzare e frenare automaticamente

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?

QUAL È IL POPOLO CHE DORME PIÙ ORE NEL CORSO DELLA GIORNATA?

Secondo la ricerca dell'Ocse (Organizzazione per la cooperazione e lo sviluppo economico), che ha condotto uno studio e compilato una classifica sulle abitudini quotidiane dei cittadini di 30 Paesi del mondo, dagli Usa all'Europa, dall'Australia al Messico, **i cugini d'Oltralpe totalizzano ben 530 minuti (poco più di 8 ore) di sonno al giorno.**
Al secondo posto nella lista si piazzano gli Stati Uniti (518 minuti) seguiti a ruota dagli spagnoli e dai neozelandesi. Gli italiani hanno soltanto il tredicesimo posto con 498 minuti. **Il Paese con gli abitanti più svegli è la Corea.** Ma dormire molto fa bene e diverse ricerche lo confermano. Michelle Lampi, del dipartimento di antropologia della Emory University di Atlanta, ha confrontato la crescita in lunghezza dei neonati dai 4 ai 17 mesi con il prolungamento delle sessioni di sonno giornaliere, e ha verificato aumenti di statura nei più "dormiglioni".

Chi dorme poco, invece, mangia di più, lo afferma Shahrad Taheri, coordinatore dello studio alla Bristol University, che ha scoperto che chi dorme per 5 ore a notte ha più fame.

PERCHÉ UNA CITTÀ DIVENTA FANTASMA?

Le città fantasma, con edifici ancora in piedi ma prive di abitanti, sono moltissime. In ogni parte del mondo. **Alcune sono diventate siti archeologici e hanno valore architettonico di grande rilievo.** La maggior parte sono invece, semplicemente, città vuote, spesso situate in località difficili da raggiungere, dall'aspetto spettrale. Ma proprio per questo affascinanti.
I motivi che portano all'abbandono delle città da parte degli abitanti sono diversi: possono essere legati a problematiche economiche, che hanno avuto come conseguenza **la migrazione della popolazione verso centri più grandi o più fiorenti**. È stato il destino, ad esempio, di molti paesi costruiti vicino a miniere poi esaurite. Oppure, interi centri urbani vengono abbandonati in seguito a disastri naturali come frane o terremoti. **O a catastrofi nucleari, come è accaduto a Pripyat, a 3 km dalla centrale di Chernobyl,** nell'ex Unione Sovietica. Infine, alcune città sono divenute fantasma a causa del totale sterminio della popolazione, in conseguenza di guerre o epidemie.

TECNO CALOR

Ricambi - Caldaie - Condizionamento - Articoli termoidraulici

Per l'acquisto di una caldaia a condensazione

Unical

Chaffoteaux

riceverai in omaggio
UN FAVOLOSO CELLULARE
o UNA MACCHINA
FOTOGRAFICA
SAMSUNG

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

PERCHÉ I DIAMANTI SONO LE PIETRE PIÙ COSTOSE IN COMMERCIO?

I diamanti sono tra le gemme più rare e per questo il loro costo può essere molto alto. **Per ottenere un diamante di un carato di buona qualità** (cioè incolore e privo di tracce di carbonio cristallizzato) **potrebbe infatti essere necessario estrarre e lavorare 250 tonnellate di kimberlite, la roccia all'interno della quale è più facile trovarli in natura.** Il valore di ogni gemma è determinato da quattro parametri: peso (espresso in carati: un carato è pari a 200 milligrammi), colore, purezza e taglio. I primi tre dipendono dalla natura della pietra, l'ultimo dall'intervento dell'uomo. Un diamante di buona qualità deve infatti avere anche un buon taglio che ne esalti la lucentezza e gli consenta di sprigionare la massima quantità di luce. **In passato i diamanti erano considerati simboli di ricchezza e distinzione**, tanto che a partire dal Medioevo i sovrani di tutto il mondo hanno cercato di accaparrarsene il maggior numero possibile. Alcuni di essi sono diventati famosi: Hope, diamante azzurro proveniente dall'India, si diceva fosse portatore di disgrazie, mentre Kho-I-Noor (montagna di luce), anch'esso indiano, secondo la leggenda sarebbe appartenuto a un idolo prima di essere rubato durante un saccheggio. **Il diamante più grande finora trovato è il Cullinan: il peso grezzo era di 3106 carati.**

PERCHÉ SI DICE "SALVARE CAPRA E CAVOLI"?

Significa salvaguardare due obiettivi (bisogni, interessi, tornaconti) apparentemente inconciliabili. Il modo di dire nasce da un famoso gioco di logica: un contadino deve trasportare sull'altra riva di un fiume una capra, un lupo e un cesto di cavoli. Ha a disposizione una barchetta che può contenere, oltre a lui, solo una di queste cose per volta. Può fare quanti viaggi desidera, ma deve risolvere un ulteriore problema: non può lasciare soli sulla riva la capra e i cavoli, e neppure il lupo e la capra, perché la capra mangerebbe i cavoli, e il lupo la capra. **Ecco la soluzione**. Traghettare per prima la capra; tornare indietro e traghettare i cavoli; riportare indietro la capra (per non lasciarla con i cavoli); traghettare il lupo (che ora starà coi cavoli); tornare indietro a prendere la capra. Il gioco è stato inventato da Alcuino di York, teologo e pedagogo inglese, che nel 782 fu chiamato da Carlo Magno a dirigere la Schola Palatina di Acuisgrana (Germania), una delle prime scuole pubbliche al mondo, destinata ai giovani aristocratici.

QUAL È IL GIORNO PIÙ BRUTTO?

Contrariamente ai luoghi comuni, **il giorno più infelice e più odiato di tutta la settimana lavorativa non è il lunedì, cioè il più vicino agli ozi e ai divertimenti del week end: è molto peggio il martedì.**

A stabilirlo è una recente indagine condotta via iPhone dall'università inglese London School of Economics. Il 53% del campione, composto da 22 mila persone, ha messo il "bollino nero" al secondo giorno della settimana.

Il motivo è il grande carico di lavoro (25%), seguito a ruota dagli screzi con il capoufficio (12%). Sarebbero le "colpe" del lunedì a scaricarsi sul... martedì: la maggior parte degli intervistati ha confessato, infatti, di trascorrere gran parte del primo giorno della settimana a raccontare ai colleghi del week end, aggiornare blog o chattare su Facebook. Con l'obbligo il giorno dopo di far fronte alla mole di lavoro accumulato.

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

SBAGLIA BUSTA ED ESCE CON BORSA 30.000 EURO

Ha pagato la sua borsa 1940 euro ma al momento di uscire ha preso, con ogni probabilità involontariamente, un altro pacchetto dentro cui ce ne era una da 30mila. E' successo nel negozio Hermes nel quadrilatero della moda milanese. **La polizia sta ora cercando la cliente, una donna giapponese, grazie ai dati lasciati per il pagamento.** Una donna residente a Osaka ha chiesto di vedere alcune borse scegliendo alla fine un modello da 1.940 euro. Quando si e' presentata alla cassa per pagare, sul bancone c'erano due confezioni perfettamente uguali, contenenti però due borse diverse: in una c'era la sua, nell'altra una da 32mila euro appena acquistata da un'altra cliente. "Lo ha fatto involontariamente", ha raccontato il personale alla polizia che ora sta cercando la fortunata cliente.

NEWS DA

TASSE SUL CIBO SPAZZATURA IN ARRIVO. BASTERÀ A MANGIARE MEGLIO?

Arriva anche da noi la cosiddetta tassa sul cibo spazzatura, ovvero su tutti quegli alimenti che non fanno troppo bene alla nostra salute e che potrebbero causare gravi problemi e malattie come l'obesità, se assunti in maniera costante e in dosi troppo abbondanti. Il nostro paese, infatti, proporrà una serie di regimi fiscali decisamente penalizzanti, contro tutti coloro che assumeranno tali cibi che, dunque, verranno a costare di più. **L'intento è anche quello di promuovere un'alimentazione più sana, che faccia meglio al nostro organismo.** Anche l'Inghilterra si prepara ad una lunga battaglia, La lotta comincerà in occasione delle Olimpiadi di Londra 2012, durante le quali non vedremo loghi di McDonald's e Coca-Cola, ne tantomeno i loro prodotti. Inoltre, si prevede di obbligare le catene di fast food a creare i loro locali lontani dalle scuole, di vietare alle celebrities di promuovere i loro prodotti, di obbligare le aziende ad indicare calorie, zuccheri, grassi e sale contenuti all'interno di ogni alimento.

TSUNAMI: PALLONE GIAPPONESE RITROVATO IN ALASKA

Dopo oltre un anno alla deriva nelle acque del Pacifico fino all'Alaska, trascinato via dal potente tsunami dell'11 marzo 2011, un pallone da calcio ha ritrovato il suo proprietario, in Giappone. "Non ho dubbi che sia mio", ha commentato emozionatissimo Misaki Murakami, 16 anni, uno studente liceale della città di Rikuzentakata, città della prefettura di Iwate distrutta per oltre l'80% dall'onda anomala generata dal sisma di magnitudo 9. **Il merito è della determinazione di Yumi e David Baxter, la coppia che, dopo il ritrovamento della palla, ha voluto a ogni costo rintracciare il proprietario dopo aver letto il messaggio di incoraggiamento e la firma in giapponese a indicare la dedica di marzo 2005, relativa a una classe di terza elementare.** In effetti, Murakami ha raccontato che il pallone era un regalo dei compagni di classe del 2005, dono d'addio prima del trasferimento in un'altra scuola della città.

I Baxter, che vivono alla periferia di Anchorage, avevano chiamato il National Oceanic and Atmospheric Administration, (Noaa) per avviare le ricerche del proprietario e, dopo il lieto fine, hanno chiarito di voler visitare il Giappone ("a breve, tra maggio e giugno") con la speranza di poter personalmente ridare la palla al ragazzo. Se realizzata, la consegna sarebbe la prima del suo genere: la restituzione di un oggetto dopo aver raggiunto il Nord America a causa dello tsunami.

VIVERE SENZA SOLDI SI PUÒ: LA STORIA DI DANIEL SUELO

È la scelta che ha fatto nel 2000 Daniel Shellabarger quando rinunciò ai soldi, ai conti correnti e anche al cognome, diventando semplicemente Daniel Suelo, terra in spagnolo. A 39 anni ora vive in una grotta nel deserto intorno alla città di Moab, nello Utah, e vive solo di quello che ha, nutrendosi di ciò che gli dà la natura. **La sua scelta di vita radicale non lo ha allontanato dalla comunità e dalla tecnologia tanto che gestisce anche un blog, zerocurrency, dove racconta della sua adesione a un nuovo modello di vita: Moneyless, Free World and Priceless, un mondo senza soldi, libero e senza prezzo.** Così da dodici anni vive senza soldi, in una caverna a un'ora di distanza dalla città di Moab. I vestiti che indossa arrivano dai bidoni della spazzatura e come doccia usa un torrente. **Per mangiare usa ciò che gli dà la natura o quello che ottiene con il baratto e così nella sua casa-caverna si trovano riso e fagioli, oltre a molti libri.**

AL MONDO

MARIO MONTI PROTAGONISTA DI SPIDERMAN: PRIMA DI LUI ROMANO PRODI

Mario Monti diventa protagonista di uno dei fumetti p**iù famosi degli Stati Uniti d'America. Il premier italiano, dopo essere stato celebrato persino da Time Magazine con una copertina a lui dedicata, ora è apparso anche in un albo dell'Uomo Ragno, uno dei fumetti più famosi della Marvel.** "Amazing Spider-Man" vede comparire il nostro primo ministro tecnico nella storia intitolata "Ends of the Earth", nel numero 683, che tratta di emergenza ambientale, oltre che vedere comparire il nemico numero uno di SpiderMan, Otto Octavius o Doctor Octopus.
Il premier italiano è stato disegnato insieme ad Angela Merkel e Barack Obama, che, durante il discorso di Al Gore, assistono all'arrivo dell'Uomo Ragno, oltre che di Captain America e Thor, che si sono alleati per sconfiggere il malefico scienziato. **Pare che il merito di questa scelta sia di Stefano Caselli, disegnatore della Marvel, che ha voluto fare un tributo al suo paese.** Ma non è la prima volta che accade, visto che già in passato un altro uomo politico italiano venne ritratto in un fumetto del gruppo. Era il 2002 quando Romano Prodi, che all'epoca vestiva i panni del presidente della Commissione Europea, incontro supereroi mutanti di Uncanny X-Men.

SPUNTA DIETA CON OCCHIALI 3D INGRANDENTI

L'idea e' fare leva sulla realtà virtuale in modo tale da dimagrire con l'ausilio di un paio di 'occhiali in 3D ingrandenti': e' l'ultima soluzione studiata dai ricercatori dell'Università di Tokyo che punta ad aumentare il senso di sazietà e ad aiutare a perdere peso. Un paio di lenti speciali, sviluppate dal team guidato da Michitaka Hirose, professore e ingegnere di sistemi intelligenti presso il Centro di ricerche avanzate e tecnologia (Rcast) del prestigioso ateneo della capitale nipponica, consente di modificare l'immagine del cibo e, ad esempio, di vedere i dolci presi con le mani ingranditi in automatico di dimensione.
In effetti, gli occhiali, collegati a una telecamera, sono capaci di accrescere l'oggetto al massimo di 1,5 volte o, al contrario, anche di ridurlo di un terzo: le immagini sono elaborate in tempo reale dal computer e poi 'trasmesse' sulle lenti in quella che diventa una realta' virtuale. Dai test effettuati su 12 uomini e donne e' emerso che l'ingrandimento fino a 1,5 volte ha fatto diminuire la quantita' di biscotti mangiati del 9,3% rispetto alla media del raggiungimento dello stato di sazieta'.
Allo stesso tempo, le persone che hanno invece visualizzato i biscotti rimpiccioliti di un terzo hanno mangiato ben il 15% in piu' rispetto ai quantitativi medi. **La percezione virtuale, in altri termini, incide sulla componente reale, condizionandola.**

IN COSA CONSISTE IL MASSAGGIO INFANTILE, E QUALI SONO I BENEFICI?

Il massaggio del bambino è un'antica tradizione, presente nelle culture di molti paesi che recentemente è stata riscoperta e si sta espandendo anche nel mondo occidentale . Vimala McClure, americana del Colorado, insegnante di yoga è la fondatrice dell'Associazione nonché la persona che ha operato per la diffusione del massaggio infantile in occidente. Nel 1981, ha fondato l'I.A.I.M. - International Association of Infant Massage, creata con l'obiettivo di diffondere in tutto il mondo il massaggio infantile, attraverso un programma che rispetti i bambini e sostenga la relazione genitori-bambini. La pratica del massaggio produce una serie di benefici, che si riflettono sulla qualità della vita, sia del bambino che dei suoi genitori, tra i quali:

A. Rilassamento

Favorisce uno stato di benessere, è un'esperienza di profondo contatto affettivo tra genitore e bambino e in questo modo favorisce il rilassamento di entrambi.
Aiuta il bambino a superare gli stress provenienti dalle situazioni nuove che deve affrontare, sciogliendo le tensioni toniche e i piccoli malesseri.

B. Stimolazione

Principalmente viene stimolato il tatto come organo di senso, ma il suo effetto stimola anche:

- L'apparato respiratorio
- L'apparato cardiocircolatorio
- L'apparato gastro-intestinale
- Il sistema immunitario
- Il sistema linfatico
- Il sistema neuro-ormonale

C. Sollievo

Il massaggio all'addome allevia il dolore provocato dalle coliche gassose, tonificando il tratto digestivo e aiutando ad eliminare aria e feci. Il massaggio del viso allevia la tensione durante il periodo della dentizione, e/o aiuta a scaricare il naso dal muco durante il raffreddore. Un importante momento di sollievo si ha quando attraverso il massaggio il bambino può dar sfogo ad una tensione emotiva.

D. Interazione e Attaccamento

Questa è una parte molto importante, infatti l'Insegnante di Massaggio, non massaggia mai i bambini direttamente, ma insegna ai genitori come massaggiare i propri figli. Attraverso il massaggio infatti si facilita il processo del bonding e un modello di attaccamento sicuro. Nel caso della relazione genitori/bambino, la creazione del legame è una questione di interazione reciproca, in cui ogni partner ha un ruolo nel facilitare la relazione, è un processo in divenire che cresce anche grazie al contatto fisico prolungato e allo scambio tonico-emozionale. E' proprio in questa ottica che viene proposto il massaggio, come uno strumento che nutre e sostiene nell'arte di essere genitori.
Il corso si rivolge ai neonati fino a 9 mesi di età e ai loro genitori ed è condotto da un Insegnante in possesso del diploma rilasciato dall'I.A.I.M. - International Association of Infant Massage e regolarmente iscritto all' A.I.M.I. - Associazione Italiana Massaggio Infantile.

Barone Giulia
Insegnante diplomata dell'A.I.M.I.
Cell.3335931570

ESTETICA

Olos

L'ESSENZA DEL BENESSERE

Happy Hour Suite SPA

Doccia Termoregolatrice
Sauna Finlandese
Bagno Russo (sauna leggera)
Vasca Idromassaggio
Area Relax

Estetica base ed Avanzata

Vico 3° Rota 26 - SORRENTO (nei pressi della Polizia di Stato)
Tel 081 877 2829 - Seguici anche su FACEBOOK "ESTETICA OLOS"
Aperto dal Martedì al Sabato - Orario Continuo 9.30 / 19.30

demi-plié

di Grazia Napolitano

Abbigliamento e accessori per ogni stile di danza.
Costumi per saggi e spettacoli
Convenzioni per scuole e compagnie

Via San Michele 45 - 80063 Piano di Sorrento (na) - tel-fax 0815321356
demi-plie di grazia napolitano

Gioielli mikelart, idea regalo originale per saggi e diplomi

I gioielli sono in Argento bagnati in Oro bianco realizzati artigianalmente.
Completi di catenina in argento, confezionati in sacchetto o astuccio rigido serigrafati
tutti dotati di certificato di garanzia relativo al prodotto, al titolo e al tipo di lavorazione artigianale MADE IN ITALY.
Ottimo rapporto qualità prezzo...
provare per credere!!!!

CHIEDI ALL' ESPERTO

DOMANDA

Sono proprietario di un appartamento in un condominio che ho dato in affitto, l'amministratore mi ha comunicato che l'inquilino non paga le quote condominiali da quasi un anno e vuole agire nei miei confronti, come posso difendermi?

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

Il condominio, mediante l'amministratore, ha diritto di agire nei confronti del proprietario per il recupero delle spese che non sono state versate, a prescindere dal fatto che l'appartamento sia affittato. Il proprietario dell'appartamento deve pagare ma può rivalersi nei confronti dell'inquilino per il rimborso delle spese e, in caso di inadempimento, può agire per sfratto per morosità. Infatti il mancato pagamento, nel termine previsto, degli oneri accessori (le spese condominiali) costituisce motivo di risoluzione del contratto ai sensi dell'art. 1455 c.c., quando l'importo non pagato supera quello di due mensilità del canone.

QUALI CIBI DEVE EVITARE CHI SOFFRE DI REFLUSSO GASTROESOFAGEO?

La malattia da reflusso gastroesofageo consiste in una risalita di materiale acido dallo stomaco verso l'esofago. I sintomi caratteristici sono una sensazione di bruciore all'altezza dello sterno e rigurgito di liquido dal sapore acido e amaro. In alcuni casi possono manifestarsi altri sintomi associati come tosse, faringite, erosione dentale.

Numerose le condizioni all'origine di questa patologia. In linea molto generale, consistono nell'alterazione dei normali meccanismi di funzionamento dello sfintere gastroesofageo inferiore (ovvero una sorta di barriera posta tra esofago e stomaco), dell'esofago e dello stomaco.

Esistono poi fattori favorenti la comparsa e l'evoluzione di questa malattia come il fumo di sigaretta, i farmaci e la dieta.

Poiché la malattia da reflusso gastroesofageo è fortemente recidivante ovvero, la sintomatologia tende a ricomparire dopo la sospensione dei trattamenti farmacologici, l'alimentazione rappresenta un punto fondamentale nella gestione di questa patologia.

Come deve comportarsi a tavola un soggetto che soffre di tali problematiche?

Innanzitutto, è fondamentale suddividere l'assunzione dei cibi in più occasioni nell'arco della giornata. Si consiglia di frazionare l'alimentazione in colazione, pranzo, cena, uno spuntino a metà mattina e uno spuntino a metà pomeriggio. In tal modo sarà possibile consumare numerosi pasti che singolarmente saranno, però, non abbondanti e facilmente digeribili. Pertanto, è sconsigliato assumere pietanze ricche in grassi, in particolar modo di origine animale.

Alcuni cibi vanno limitati poiché sembrano favorire la sintomatologia di questa malattia. Tra questi ricordiamo aglio e cipolle, alcolici, spezie piccanti, cibi fritti, cioccolato, caffè, menta e cibi acidi in generale. Ogni persona, però, può tollerare un alimento o l'altro in maniera differente.

Và invece incrementato il consumo di cibi integrali, legumi, frutta e verdura, che costituiranno gran parte degli alimenti assunti nell'arco della giornata. Il condimento preferenziale sarà sempre, come ribadito in precedenti occasioni, l'olio extravergine di oliva. **Altro accorgimento è evitare di coricarsi prima di due ore dal termine dell'ultimo pasto, poiché la posizione distesa favorisce la risalita di materiale dallo stomaco verso l'esofago.**

Infine, và ricordato che sovrappeso e obesità favoriscono la malattia da reflusso gastroesofageo.

Chi comunemente ha un'alimentazione inadeguata, dovrebbe, seguendo questi pochi e semplici consigli, riscontrare nell'arco di pochi giorni significativi miglioramenti nella sintomatologia della patologia. Infatti la malattia da reflusso gastroesofageo è una di quelle condizioni dove la dieta corretta rappresenta un elemento determinante nella sua gestione.

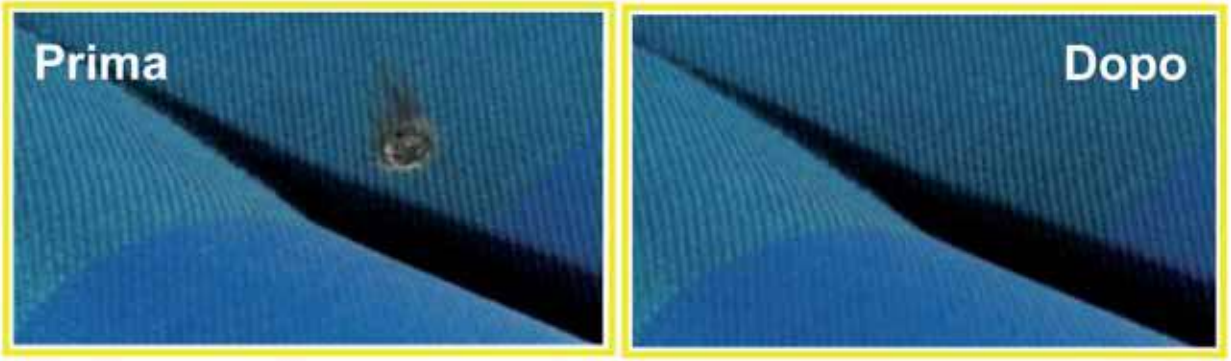
A cura della dottoressa **Emma Ruocco**
emmaruocco@libero.it

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 computerizzati;
- 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

CAMPIONATI EUROPEI DI CALCIO EURO 2012

Dall'8 giugno al 1° luglio tutti in campo per vincere il trofeo della 14esima edizione degli Europei di Calcio 2012, Uefa Euro 2012. **Il Campionato si svolgerà in otto stadi dislocati tra Polonia e Ucraina.** Si tratta dell'ultimo a 16 squadre perché dall'edizione del 2016 in Francia la Uefa a quanto pare ha deciso l'allargamento a 24 nazionali. La finale del 1° di luglio si svolgerà allo Stadio Olimpico di Kiev, e la squadra che vincerà il torneo parteciperà alla Fifa Confederations Cup 2013 che si svolgerà in Brasile.

Le nazionali di Polonia e Ucraina partecipano d'ufficio alla fase finale del torneo in quanto rappresentanti dei Paesi organizzatori, mentre le altre 14 squadre hanno vinto le competizioni di qualificazione tra l'agosto 2010 e il novembre 2011 in ben 248 incontri.

La Nazionale di Calcio italiana è nel Gruppo C con Spagna, l'Irlanda di Trapattoni e la Croazia. **Per la nostra Nazionale il primo appuntamento è a Danzica contro la Spagna la domenica 10 giugno alle ore 18.00.** La seconda partita sarà disputata con la Croazia il giovedì 14 giugno alle ore 18.00, mentre giocheremo con l'Irlanda il lunedì 18 giugno alle ore 20.45.

I quarti di finale per la prima classificata del Gruppo C sono previsti a Donec'k il 23 giugno e a Kiev il 24 giugno per la seconda classificata. Le Semifinali saranno rispettivamente a Donec'k il 27 e a Varsavia il 28. L'ultima sfida a Kiev il 1° luglio. Ci sarà il tocco della creatività italiana nelle cerimonie di apertura e chiusura dei Campionati Europei di Calcio UEFA 2012, in programma in Polonia e Ucrania nei mesi di giugno e luglio. La regia dei due grandi eventi è stata infatti affidata dal Comitato UEFA, dopo una gara internazionale, a Marco Balich, presidente di Filmmaster Events, uno dei più affermati registi e produttori di cerimonie spettacolari per eventi internazionali.

Balich ha già in "curriculum" le cerimonie Olimpiche e Paralimpiche di Torino 2006, quelle dei Giochi del Commewealth 2011 in India, l'inaugurazione dello stadio della Juventus di Torino e dello stadio della Shakhtar Donetsk FC in Ucraina. Anche nel corso delle prossime Olimpiadi di Londra 2012 Balich sarà impegnato per organizzare il Flag Handover, l'evento del passaggio di consegne simbolico tra Londra e Rio per le Olimpiadi 2016.

La cerimonia di apertura di EURO 2012 si svolgerà l'8 giugno al National Stadium di Varsavia in Polonia, prima della partita Polonia-Grecia. La cerimonia di chiusura è invece prevista per il 1 luglio all'Olympic Stadium di Kiev in Ucraina. Le cerimonie coinvolgeranno oltre 800 volontari e perfomer, tra cui ballerini, ginnasti, attori, acrobati.

CURIOSITÀ

Il pallone ufficiale del campionato sarà il Tango 12. Il logo del campionato rappresenta un fiore con i colori della bandiera polacca e ucraina ed un pallone.

BACK TO RUN

COMPLETO e SCARPE

T-SHIRT in tessuto DRYPLUS
PANTALONCINI

PRO TOUCH

39,90 euro

SKIPPERSPORT® INTERSPORT®
SPORT TO THE PEOPLE

euforié

Corso Umberto I 14-18 • VICO EQUENSE • Tel. 081 8027270 • www.skippersport.com

EURO2012
POLAND-UKRAINE
MATCH SCHEDULE
CITY
MATCH DAY 1
MATCH DAY 2
MATCH DAY 3
REST DAY
QUARTER-FINALS
REST DAYS
SEMI-FINALS
REST DAYS
FINAL
FRI 08 JUNE
SAT 09 JUNE
SUN 10 JUNE
MON 11 JUNE
TUE 12 JUNE
WED 13 JUNE
THU 14 JUNE
FRI 15 JUNE
SAT 16 JUNE
SUN 17 JUNE
MON 18 JUNE
TUE 19 JUNE
WED 20 JUNE
THU 21 JUNE
FRI 22 JUNE
SAT 23 JUNE
SUN 24 JUNE
MON 25 JUNE
TUE 26 JUNE
WED 27 JUNE
THU 28 JUNE
FRI 29 JUNE
SAT 30 JUNE
SUN 01 JULY
POLAND
WARSAW
WROCLAW
GDANSK
POZNAN
UKRAINE
KYIV
DONETSK
KHARKIV
LVIV
1 POL - GRE 18:00
2 RUS - CZE 20:45
5 ESP - ITA 18:00
6 IRL - CRO 20:45
8 UKR - SWE 20:45
7 FRA - ENG 18:00
3 NED - DEN 18:00
4 GER - POR 20:45
10 POL - RUS 20:45
9 GRE - CZE 18:00
14 ESP - IRL 20:45
13 ITA - CRO 18:00
15 SWE - ENG 20:45
16 UKR - FRA 18:00
12 NED - GER 20:45
11 DEN - POR 18:00
18 GRE - RUS 20:45
17 CZE - POL 20:45
21 CRO - ESP 20:45
22 ITA - IRL 20:45
24 SWE - FRA 20:45
23 ENG - UKR 20:45
19 POR - NED 20:45
20 DEN - GER 20:45
25 WA - RB 20:45
26 WB - RA 20:45
28 WD - RC 20:45
27 WC - RD 20:45
29 W25 - W27 20:45
30 W26 - W28 20:45
31 W29 - W30 20:45
All kick-off times are CET. Local kick-off times in Ukraine are 19:00 and 21:45.
Group A
Poland (POL)
Greece (GRE)
Russia (RUS)
Czech Republic (CZE)
Group B
Netherlands (NED)
Denmark (DEN)
Germany (GER)
Portugal (POR)
Group C
Spain (ESP)
Italy (ITA)
Republic of Ireland (IRL)
Croatia (CRO)
Group D
Ukraine (UKR)
Sweden (SWE)
France (FRA)
England (ENG)
adidas
Canon
Carlsberg
Castrol
Coca-Cola
Continental
Hyundai
McDonald's
SHARP
CREATING HISTORY TOGETHER™

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

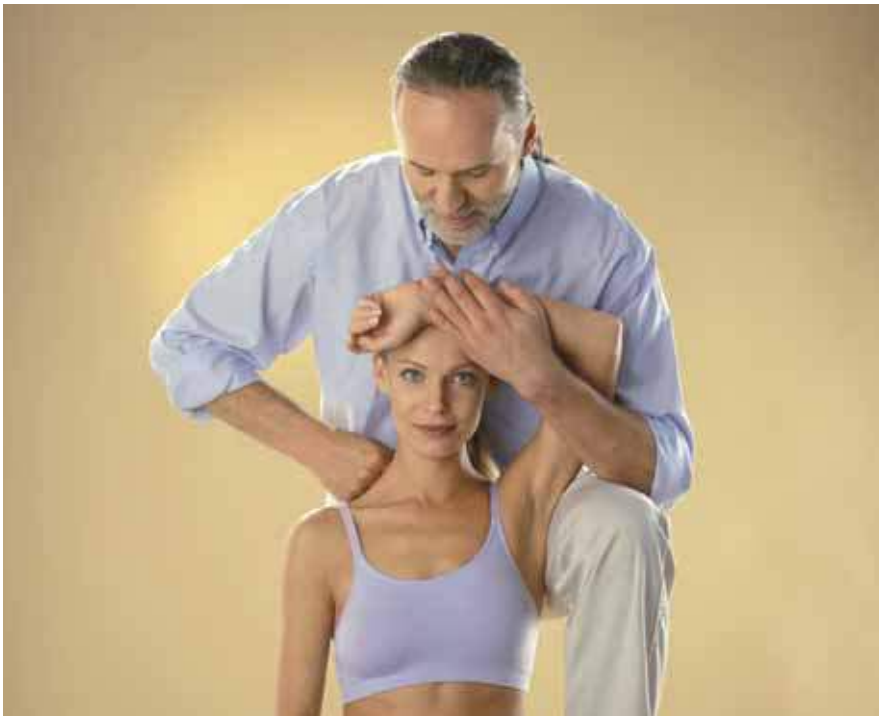
CORNETTI CALDI
TUTTE LE SERE

APERTO TUTTI I GIORNI

SALA INTERNA
CONSEGNA A DOMICILIO

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

ROLFING, IL NUOVO PILATES



Pochi lo conoscono, ma chi ne sfrutta i benefici sa che è un'ottima alternativa alla tecnica pilates. **Stiamo parlando del rolfing, un particolare massaggio che permette di migliorare la postura in poco tempo.** La tecnica è stata studiata negli anni '40 dalla dottoressa e biochimica Ida Rolf che ha analizzato gli effetti della gravità sul nostro corpo in determinate situazioni lavorative, come stare seduti alla scrivania, suonare uno strumento o lavorare in piedi.

Dopo aver esaminato le diverse pratiche che coinvolgono la mente e il corpo, la dottoressa Rolf ha sviluppato la tecnica detta integrazione strutturale, poi ribattezzata dai suoi allievi col nome metodo rolfing, che agisce con una serie di esercizi sul sistema osseo-muscolo-legamentoso che è la struttura di sostegno del nostro corpo.

Le manipolazioni rolfing modificano lo stato di tensione, di rigidità dei tendini, dei legamenti e delle fasce muscolari, per ricreare un buon equilibrio della struttura corporea, migliorando la postura e rendendo i movimenti più fluidi.

Gli effetti positivi non sono solo a livello strutturale, oltre ai benefici estetici si sviluppa anche un maggiore self-control: le diverse sedute lavorano sul corpo a livello energetico mettendolo in condizioni di lavorare senza sprechi di energia. Non meno importante è la sensazione di benessere che influisce positivamente sull'umore, donando così maggiore sicurezza nelle azioni e negli stati emotivi.

Il rolfing è quindi indicato per tutte le persone che risentono del peso a carico della colonna vertebrale, hanno rigidità dovute all'artrosi, subiscono stress per i ritmi frenetici o devono curare i postumi di traumi.

Il metodo olistico si sviluppa in 10 sedute che seguono una logica ben precisa, studiata dalla dottoressa Rolf, che può variare a seconda delle esigenze del paziente. Attraverso un tocco sensibile e una presa decisa, il Rolfer (lo specialista) agisce per liberare il corpo, riallineando in modo corretto la postura rispetto al campo di gravità, rendendola così più armonica ed equilibrata.

Per iniziare le sedute non è necessario nessun tipo di preparazione. **È però sconsigliato utilizzare creme e oli prima del massaggio, perché il Rolfer ha bisogno di pelle asciutta per far aderire al massimo la presa sulle fasce corporee.**

Le teorie della dottoressa Rolf erano basate sulla ricerca del benessere come fine ultimo, partendo da basi scientifiche e non da credenze diffuse.

Le problematiche psicologiche e lo stress possono causare tensioni muscolari e influire sulla vita quotidiana. **L'attività fisica e i massaggi sono i farmaci per curare questo stato di tensione, nonché prevenire eventuali malattie.**

Se vediamo la filosofia rolfing in quest'ottica, risulta essere non molto lontana dalla massima latina mens sana in corpore sano, cioè la ricerca di un equilibrio tra mente e corpo per arrivare allo stato di benessere.

ALIMENTARI
dal 1907

PAUCIANO

Consegne a Domicilio - Pane Caldo ogni mezz'ora

dal Pauciano puoi trovare
Prodotti da banco e surgelati
per Celiaci
a prezzi competitivi

Schär

Frutta
Tagliata
di Stagione

Bioitalia
ALIMENTI BIOLOGICI

Prodotti
Biologici

Prodotti
di Kamut

Vital Nature

Via S. Michele, 6 - Piano di Sorrento - Tel. 081 534 24 20

a cura di
Dott.ssa Loredana Canelli
Dott.ssa Sara Tagliente

OGGI LA CHIRURGIA ESTETICA E' PER MOLTE, NON E' SEMPRE UN VEZZO O UN CAPRICCIO E, QUANDO LO E', NESSUNO SI VERGOGNA PIU' A DIRLO.

DONNE E CHIRURGIA ESTETICA, CORPO E IDENTITA' "IN MOVIMENTO"

Una volta era solo per le donne del jet-set, per quelle che sapevano osare o per poche con buoni mezzi finanziari. Oggi la chirurgia estetica è per molte, non è sempre un vezzo o un capriccio e, quando lo è, nessuno si vergogna più a dirlo. Dalla casalinga che tiene molto al suo aspetto fisico, passando per la manager impegnata in troppi public affairs per lasciarsi sfuggire un aspetto poco curato, fino alla mamma che rifà il seno svuotato e provato dall'allattamento. **E' quanto conferma Emilio D'Errico, Medico Chirurgo esperto del settore:** "Le donne che maggiormente ricorrono alla chirurgia sono quelle dello star-system ma c'è da dire che negli ultimi anni lo scenario è cambiato, la voglia di piacere e di piacersi si sta espandendo sempre più!".

Ma cosa vuol dire, in concreto, cambiare qualcosa che si considera un difetto? E' semplice e disarmante: migliorare il proprio rapporto con il mondo. Vuol dire, sostanzialmente, vivere con più sicurezza le relazioni, sentirsi meglio 'nei propri panni' e annullare quei tipici e fastidiosi atteggiamenti volti a mascherare il difetto evidente a cui ci si è abituati negli anni. Insomma, per una donna fare i conti con un difetto scomodo e di evidenza, ed avere 'la meglio', significa 'rimettersi' al mondo con un sorriso. Tuttavia, ci sono ancora molte resistenze sulla chirurgia estetica che riguardano soprattutto il timore di danni alla salute. Secondo il dottor D'Errico "né la chirurgia, né la medicina estetica, sono dannosi per la salute, ovviamente "sé" sono praticate da specialisti del settore. E un professionista del settore lo si riconosce dalla serietà nell'approccio medico-paziente, dall'equipe della quale si avvale, dalla struttura nella quale opera, ma soprattutto dalla dedizione con la quale segue il paziente nel post-operatorio".

Chi ha intenzione di sottoporsi a chirurgia estetica, spesso si chiede che livello di complessità può avere il suo intervento e se è tra i più richiesti. Ecco cosa ci dice in proposito il medico: **"Dal punto di vista medico, gli interventi "più complessi" sono i lifting in generale, tra i maggiori quelli al viso, seno, addome ed interno cosce.** La causa principale della complessità di questi interventi, sta nella "vastità" delle cicatrici. L'intervento meno complesso è quello della mastoplastica additiva (seno), L'operazione richiede meno tempo e comporta meno cicatrici. Gli interventi più richiesti sono, liposuzione, liposcultura, rinoplastica, otoplastica e mastoplastica additiva (seno). Nella mia esperienza nel settore della chirurgia estetica, ho potuto riscontrare che sono gli inestetismi nei quali la donna incorre maggiormente. **Gli interventi meno richiesti sono i lifting del volto ed interno cosce.** Come già detto l'intervento di lif-

ting è un po' più lungo e la ripresa del post-operatorio è più lenta".

E mentre c'è chi elimina le antiestetiche 'zampe di gallina' per riprendersi qualche anno di giovinezza, ci sono anche le esagerazioni che vanno evitate. **Facce di plastica, tratti del viso prodotti in serie, espressioni amorfe e atone non restituiscono un quadro di bellezza.** Piuttosto rendono un fantoccio senza anima una donna che magari sapeva dire qualcosa di unico anche non rasentando la perfezione.

L'inseguire la giovinezza dei tratti è uno scopo che deve essere perseguito con prudenza e accortezza. Mai con ingordigia. La regola è: farsi aiutare dalla chirurgia per tutto quello che nel viso ostruisce la bellezza ma non perdere mai l'immagine di se stesse, quella con cui ci si presenta al mondo, quella che dice di noi qualcosa di irripetibile e solo nostro.

DR. Emilio D'Errico
Clinica Villa delle Querce (lun- giov-ven) a Napoli, Via Battistello Caracciolo.
Attività ambulatoriale anche in Penisola Sorrentina.
emilioderrico1@gmail.com
Cell. 3385209556

CREARE PROFUMI NATURALI E FATTI IN CASA

Economico ed ecologico: ecco come fare una fragranza fai da te

Oggi profumi e fragranze li troviamo davvero dappertutto, eppure un uso così intensivo di sostanze profumate, soprattutto derivanti dalla petrolchimica, ha portato a quel consumismo esasperato di deodoranti e profumi artificiali che ci hanno assuefatto, e spesso inquinato.
Anche per i profumi quindi, scegliere in modo sostenibile e secondo natura non solo è possibile ma ha risultati di gran lunga superiori a quelli delle alternative in provetta. Come? Impariamo a creare fragranze fatte in casa, per profumare in modo naturale le nostre giornate!
Ecco qualche facile e profumosa ricetta:

PROFUMI FATTI CASA: CON I PETALI

Il profumo dei fiori è sicuramente un utile e naturale alleato per le nostre creazioni, possiamo creare dei veri e propri profumi in alcool oppure delle acque profumate!

A) Prendete dei petali di rosa e gelsomino, fateli bollire in acqua per 10 minuti e poi lasciateli in infusione per 10 giorni in un luogo fresco e lontano dai raggi diretti del sole. Dopo di che si filtra il tutto con una garza per eliminare i petali e altri residui, quindi aggiungiamo una quantità di alcol pari al 20%. Si versa il nostro profumo in una bottiglietta scura e tappata bene da tenere in un luogo fresco per una settimana, senza dimenticare di scuoterla di tanto in tanto. Passato questo periodo il profumo è finalmente pronto per essere adoperato.

B) Stacchiamo i petali di una rosa e mettiamoli in un vasetto pulito. Ora versiamo nel vasetto dell'acqua, in modo che i petali siano coperti di circa un centimetro. Lasciamo quella che possiamo definire infusione a riposare per circa 24 ore, meglio se in un luogo soleggiato e caldo. Prendiamo ora una boccetta di profumo vuota e ben lavata con acqua calda e detersivo per i piatti: è fondamentale che non rimanga traccia del profumo contenuto precedente oppure va bene anche una boccetta di vetro scuro. A questo punto, con un colino, travasiamo l'acqua di rosa nella boccetta, pressando per bene i petali, in modo che tutto il profumo rimanga nell'acqua. Ed ecco fatto, il nostro profumo è pronto per essere utilizzato. Si possono fare tanti profumi diversi, gli aromi più consigliati per facilità di reperibilità e fragranza piacevole sono certamente la lavanda, il fiore di lillà ed il caprifoglio.

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

BENESSERE GAMBE

Venoruton Bustine

€ 12.90

Venoruton Spray

€ 4.50

Venoruton 30cps

€ 11.90

Antistax Freshgel

€ 7.50

Essaven Gel

€ 6.90

PREPARA LA TUA PELLE AL SOLE

-20% Carovit Forte Plus

~~€ 22.00~~

€ 17.60

-20% Carovit Forte Plus

~~€ 22.00~~

€ 17.60

CALZE MEDI

CALZE A COMPRESSIONE GRADUATA MEDI

OFFERTA 3 x 2

IL 30 MAGGIO PRENOTA L'ANALISI DELLA PELLE GRATUITA E SCOPRI I BENEFICI DELL'OXYGEN COMPLEX

APERTI TUTTI I SABATO POMERIGGIO

COPPIA: CONSIGLI IN PILLOLE

Era un grande amore e... ora? Le giornate sono tristi, le serate noiose. Come evitare tutto questo? Riconosci le trappole insite nella vita di coppia e impara a evitarle.

Cercare il partner ideale significa farsi un'idea troppo romantica dell'amore.
Tutto ci invita a credere al miracolo dell'amore: romanzi, canzoni, film. Eppure, studi approfonditi in merito, ci invitano alla più grande prudenza: alcuni di essi dimostrano che più una persona ha un'immagine romantica dell'amore e più è delusa dalla vita di coppia e va incontro a fallimenti. Perché la magia dell'amore è fatta di illusioni, mentre la vita di coppia è tutta un'altra cosa.
Consiglio. Imparare ad apprezzare le semplici gioie de quotidiano. Passare dal colpo di fulmine alla vita in due, significa imparare a cogliere la bellezza delle cose semplici e non essere sempre alla ricerca di esperienze intense e cercare di comunicare con il partner attraverso i piccoli gesti quotidiani: una conversazione tranquilla, uno sguardo, un gesto tenero…

Minimizzare le differenze.
All'inizio del rapporto tendevi a minimizzare le differenze perché eri convinto/a che l'amore avrebbe fatto miracoli. In realtà, l'esperienza dimostra il contrario.
Consiglio. Sopporteresti le vostre differenze se non lo amassi appassionatamente? Se la risposta è no, cerca di essere lucido/a sul tipo di vita a cui vai incontro. La passione spesso svanisce con il tempo, ma una persona di rado cambia radicalmente, oppure con uno sforzo che può richiedere anni. E comunque, non è realista contare su questo sforzo. Potrai modificare qualche atteggiamento del tuo partner. Ma basterà?

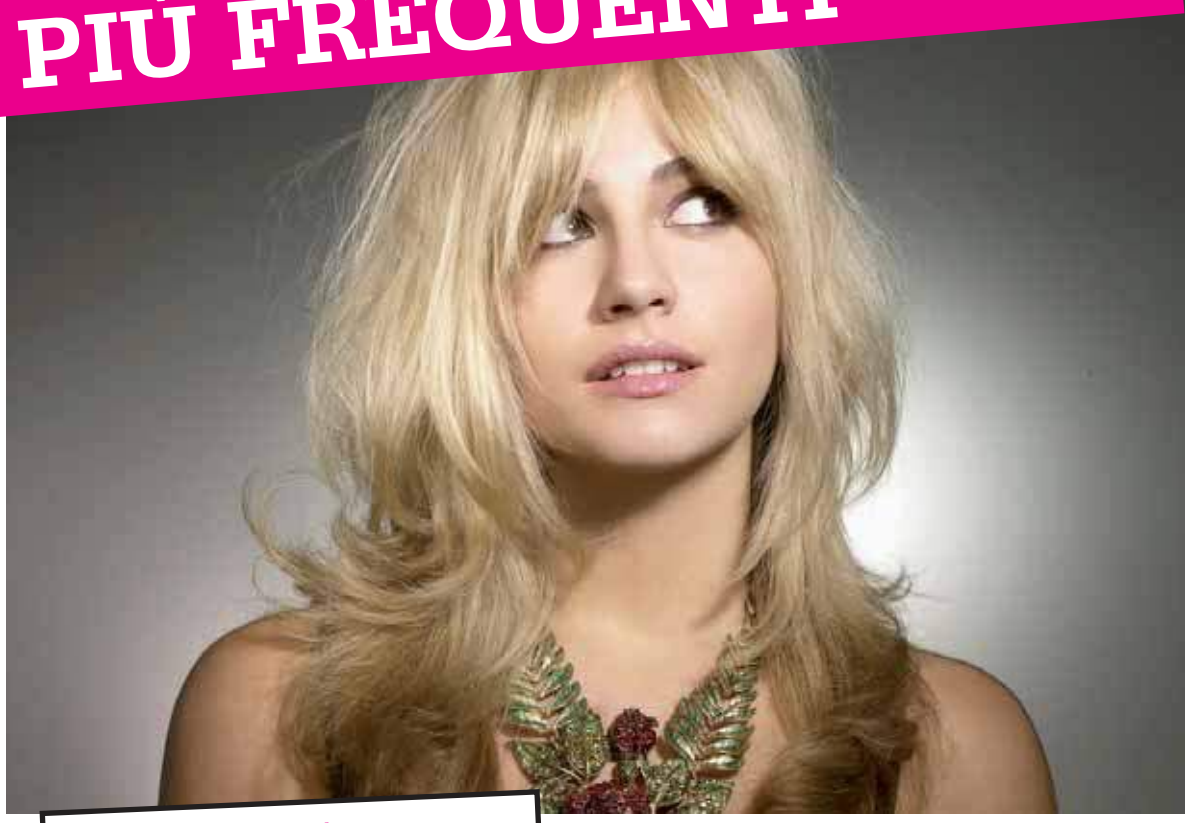
Il mio partner non mi piace più.
Il suo sorriso ti faceva impazzire e pure l'aria da adolescente. Oggi ne hai abbastanza. La/o trovavi seducente e spontanea/o: ora ti pare maleducata/o. È arrivato il tempo delle disillusioni.
Consiglio. *La/Il tua/o partner ha davvero perso parte del suo fascino, oppure sei tu che lo vedi in modo diverso?*

Idealizzare l'amore.
Se sei convinto/a che l'amore è un miracolo inspiegabile, rischierai inevitabilmente di essere deluso/a nella tua vita di coppia. Le discussioni o malintesi li interpreterai come il segno della fine del rapporto.
Consiglio. L'amore si coltiva. Se ammetti che l'amore non è un miracolo, ma si costruisce giorno per giorno, allora troverai il modo per dare il meglio di te. I problemi che incontrerai saranno delle opportunità per capire maggiormente il tuo partner e te stesso/a. Capirai che l'usura è la conseguenza di certe situazioni stressanti. Questo ti permetterà di modificare le dinamiche del rapporto invece di voler cambiare la personalità del partner.

Le stress del lavoro.
Quando una persona rientra dal lavoro esausta, non ha più la forza di investirsi nel rapporto di coppia. Eppure, anche se razionalmente capisce queste cose, non può fare a meno di sentirti ferita. Dice a se stessa che non è "normale" non essere felici e che la colpa è del partner.
Consiglio. Chi è la vera causa dello stress? Quante persone che si dicono vittima dello stress causato dalla vita moderna, sono esse stesse la causa del proprio malessere? Avere sempre qualcosa di urgente e importante da fare, è un modo per sentirsi importanti e evitare di fare ciò che non ci aggrada. L'importante è capire in che cosa si vogliono investire le proprie energie.

Impossibilità di realizzarsi.
Come realizzarsi pienamente in una relazione quando si ha l'impressione di non aver realizzato se stessi/e? Non sbagliamoci: non sarà l'amore che darà un senso alla nostra vita. L'amore ci aiuterà a concretizzare i progetti, ma non sostituirà la nostra realizzazione personale.
Consiglio. Datti la possibilità di essere felice! Se una coppia si dà la possibilità di evolvere, ha minori rischi di sentire il peso dell'abitudine. Inoltre, più i partner si realizzano, maggiori sono le probabilità che la loro unione funzioni.

TRUCCO: GLI ERRORI PIÙ FREQUENTI



Ciglia piene di grumi

Il mascara è un must, ma ciglia appiccicate e piene di grumi non piacciono proprio! Il mascara è un prodotto delicato che inizia a deteriorarsi già dalla primissima volta in cui la confezione viene aperta. **La durata è in genere di qualche mese, dopo di che i risultati iniziano a calare.** Assicuratevi perciò di utilizzare sempre un prodotto 'fresco' per avere delle ciglia folte e curve, ma senza grumi.

Il trucco sbavato

Una riga lungo le ciglia che si 'scioglie' nel corso della giornata, l'ombretto che si infila nelle rughine delle palpebre, macchie di trucco intorno all'occhio. Questi sono alcuni errori (orrori!) da evitare a tutti i costi. **Applicate un po' di fondotinta o della cipria come base per fissare il trucco.** E non abbiate paura di passare per vanitose se controllate durante il giorno di tanto in tanto il vostro viso nello specchio.

Il trucco ci fa belle. Almeno così dovrebbe essere. Ma usato in modo sbagliato, può addirittura 'danneggiare' il nostro aspetto.

Il lipliner che contrasta troppo

Se optate per una matita per le labbra, allora sceglietela nella stessa tonalità del rossetto e sfumate la riga verso il centro della bocca.

Il fondotinta sbagliato

La scelta del fondotinta è fondamentale. Optate per una tonalità che si avvicina il più possibile a quella della vostra pelle. **Tonalità troppo scure danno l'effetto 'maschera', creano uno stacco innaturale con il resto del corpo e possono risultare addirittura volgari.** Anche prodotti troppo densi o coprenti possono produrre risultati terrificanti: accentuano rughe, brufoletti e altre imperfezioni.

CENTO SEDICI CAFÈ

- CAFFÈ - VINO - DRINK -
- RUM - DOLCE E SALATO -
- MUSICA - RIVISTE E ALTRO -

sotto il porticato dello **storico** palazzo **cota** sul **corso** principale della città **nasce** il **centosedicicafè** un salotto dallo stile **loft-industry** con leggere influenze **vintage**

* **mercoledì:** serata **merco**lady drink **€ 3,50**

* **venerdì:** serata **happy**hour **con evento start ore 20,00 primo piatto +contorno+drink € 7.00**

* **sabato:** serata **rummeria** dj live - **shot rum** € 2.00

PIANO DI SORRENTO

CORSO ITALIA 116 - 081 196 66 295

facebook: centosedicicafè

Un look datato

Anno dopo anno, giorno dopo giorno lo stesso make-up. La stessa riga, gli stessi colori. Il look risulta datato e dà l'idea di una persona senza fantasia e con poco autostima. **Come il guardaroba anche il make-up ha bisogno di essere aggiornato, modernizzato, un fatto che viene spesso dimenticato.** Prendete il tempo per sperimentare, cambiate tonalità, spostate gli accenti e giocate con le varie texture e forme.

Tutto quel che è troppo

Troppo make-up (ma anche troppo poco), troppo botox, denti troppo sbiancati... facciamo bene a prenderci cura del nostro aspetto, ma non bisogna esagerare. Il segreto di un look raggiante, bello, piacevole è 'la naturalezza'. Tenete sempre in mente questa parola chiave. Quando vi truccate, quando siete dal parrucchiere, quando decidete di sottoporvi ad un intervento estetico...

Sopracciglia 'massacrate'

Sopracciglia troppo sottili, senza forma, con una forma irregolare oppure con buchi dove mancano i peletti sono un altro errore da non commettere. Prendetevi il tempo per depilare le sopracciglia ed eliminate pelo per pelo. Se non siete sicure della forma, rivolgetevi all'estetista. Non rischiate, una volta commesso uno sbaglio, ci vorrà tanto tempo per rimediare.

Mani non curate e smalto smangiucchiato

Anche mani ruvide, pellicine e smalto smangiucchiato sono da evitare assolutamente. Lo smalto non più perfetto può essere rimosso in un secondo con un batuffolo di cotone e un po' di solvente, dunque perché non farlo? Prendetevi quotidianamente cura delle mani. Tanti prodotti idratano sia la pelle che le unghie.

Doppie punte e crescita

Le doppie punte sono un 'errore di bellezza' che non necessita commenti. **Curate bene i capelli ed andate di tanto in tanto dal parrucchiere** (anche se volete fare crescere i capelli). Chi ha capelli colorati, farebbe bene ad evitare la crescita.

IDEATOP

abbigliamento ed oggettistica personalizzata

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

gadget da regalo

tazza € 12,00
cuscino classico 40 x 40cm € 15,00
cuscino a forma di cuore € 18,00
peluche altezza 20cm € 15,00
t-shirts dolly con ventosa € 8,00
mattonella in fibra di legno € 10,00
cornice legno 20x30cm € 25,00
salvadanaio ceramica € 12,00
tazza da caffè + piattino € 12,00
portachiavi rettangolare € 10,00

puzzle a forma di cuore € 15,00
puzzle formato A4 € 14,00
puzzle formato A3 € 18,00
orologio deluxe 30x30cm € 38,00
orologio deluxe 20x20cm € 26,00
tappettino mouse 19x23cm € 14,00
pietra con supporto da tavolo € 18,00
targa in alluminio 15x20cm € 23,00
magnete quadrato € 10,00
gancio appendi borsa € 14,00

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

BAMBINI CHE MORDONO

Il mordere di solito per il bimbo sull'anno di età è un modo per scoprire quello che lo circonda. Già dai sei-otto mesi di vita il lattante porta tutto alla bocca: questo è il modo migliore per scoprire e riconoscere gli oggetti, la loro forma, il loro sapore e odore. La dentizione poi fa sì che il bambino tenda a contrarre le gengive, ma questo è un comportamento più che naturale.

Dopo l'anno il piccolo incomincia a capire che il mordicchiare attira la simpatia di mamma e papà; allo stesso modo il bambino più grandetto può utilizzare il morso per attirare l'attenzione degli altri su sé stesso, in ultima analisi usa mordere perché vuole comunicare.

Più il bambino cresce, più il morso viene utilizzato quando c'è frustrazione, cioè impedimento ad una comunicazione più naturale. Solo dopo i due-tre anni diventa un modo deliberato per esprimere rabbia e intimidire i coetanei.

PREVENITE IL PROBLEMA

Il momento migliore per intervenire è quando il piccolo incomincia a mordere, anche per gioco: evitate di ridere o di stare al gioco di vostro figlio e fate in modo che anche le persone che stanno intorno al bambino o lo accudiscono (fratelli, nonni, baby-sitter, amici) si comportino come voi.

STABILITE DELLE REGOLE

Esprimete al bambino la vostra contrarietà ai morsi, ditegli che fa male agli altri e che mamma e papà non usano i morsi per comunicare e che si gioca con gli amici senza mordere. Spiegategli che il morso può lasciare dei segni o delle ferite.

SUGGERITE AL BAMBINO DEI COMPORTAMENTI ALTERNATIVI

Se il piccolo ha meno di due anni ed è nel periodo in cui mastica e mette in bocca tutto, concedetegli dei giochi che possono essere morsi, tipo anelli o forme di plastica dura. Se è più grandetto e morde quando si arrabbia, chiedetegli di spiegarvi il motivo della sua rabbia. Se morde per ottenere un giocattolo da un coetaneo o per portarglielo via, spiegategli che le cose si possono chiedere con le parole e per piacere.

INTERROMPETE IL MORSO CON UN NETTO "NO"

Quando siete presenti ai giochi del bambino e vi accorgete che vostro figlio è sul punto di mordere un braccio o la spalla del compagno di giochi, intervenite usando un tono di voce dura, guardatelo negli occhi, cercate di interromperlo: in questi frangenti il controllo costante dell'adulto si rende necessario fino a quando dura l'abitudine a mordere.

APPLICATE UN CASTIGO SE CONTINUA A MORDERE GLI ALTRI

Mandatelo in un angolo per punizione per qualche minuto se lo cogliete sul fatto. Non usate sistemi violenti, tipo schiaffi, pizzicotti o addirittura morsi nei confronti di vostro figlio se dovete punirlo perché morde.

Questo confermerebbe nel bambino l'idea che il morso serve a far valere i propri diritti e che chi morde è il più forte. Fategli i complimenti quando si comporta bene e non morde. **Lodatelo anche in pubblico, specialmente in situazioni in cui sapete che gli verrebbe facile mordere i coetanei di gioco**. Dimostrategli di essere contenti se continuerà a trattenersi dal mordere.

BodyStore

Cosmetica Professionale **Prodotti salutistici**

Integratori per lo sport **Dietistica**

Centro fiduciario Tisanoreica

Esclusivista di zona Ischia Thermae

Piani alimentari personalizzati - Dermocosmesi - Sconti eccezionali

iSatori – Total Solutions for Your Best Body!

SCITEC NUTRITION

ON – TRUE STRENGTH

DYMATIZE

ULTIMATE NUTRITION

MUSCLETECH

I migliori integratori per lo sport - Sconto dal 35% al 50%

15% sconto

dal 1892

IschiaThermae
COSMETICI NATURALI

Linee viso Ischia Thermae e Dmae - Creme corpo Iodase e Fgm04

QUALIFICATO TISANOREICA

CENTRO FIDUCIARIO TISANOREICA

20% sconto

Protocollo Tisanoreica gratuito - Risparmi il 20% con la Trifasica

Viale Nizza, 25 - Sorrento (Na) - Tel. 339 39 59 182

BALLERINE

Rasoterra, comodissime, nate per chi nella vita va veloce ma non rinuncia a essere glam & chic: dal PVC al macramè, passando per la pelle, il glitter, il camoscio, le ballerine di stagione.
Inutile cercare una tendenza di stagione. E anche se sulle passerelle di moda per questa stagione non se ne sono proprio viste, chi di noi in rinuncerebbe alle nuove e strepitose ballerine primavera-estate?

1.

2.

3.

4.

6.

5.

7.

8.

9.

1. SALVATORE FERRAGAMO
Ballerina-espadrilla in suède rosso con suola in corda intrecciata. Costo: **225.00 €**

2. PURA LOPEZ
Ballerine in rafia naturale intrecciata e pelle, con rosa sulla punta.

3. SHELIGHT
Ballerina di velluto con clip-gioiello di cristalli Swarovski. **320.00 €**

4. FRANCESCO MORICHETTI
Ballerina di pelle con maxi fiore di petali di chiffon sulla punta. **113.00 €**

5. GAETANO PERRONE
Ballerina in pelle scamosciata con fiori applicati ricamati di paillettes. **550.00 €**

6. REPETTO
Ballerina in suède black&white. La punta ricorda i tasti di un pianoforte. **195.00 €**

7. ACCESSORIZE
Ballerina di tessuto con profilo elastico e maxi fiore di stoffa drappeggiata. **46.00 €**

8. CAFÈNOIR
Ballerine in cotone a pois con fiore fatto di petali di stoffa e tulle. **54.00 €**

9. SALVATORE FERRAGAMO
Ballerina di pizzo a disegni floreali con fiocco e fibbia argentata. Costo: **395.00 €**

a Piano di Sorrento

euforie 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

ONE DIRECTION: IL SUCCESSO DELLA PERFETTA BOY BAND INGLESE

Fanno musica orecchiabile, sono giovani e affascinanti. L'ultima settimana di maggio tornano in Italia, dopo essere stati a Sanremo perché il loro nuovo tour è partito ufficialmente. Li vediamo ormai spesso in tv e su Youtube sono risultati i più cliccati. Sono giovanissimi, molto bravi, di chi stiamo parlando? Ma degli One Direction!

La boy band, di origini anglo-irlandesi, di età compresa tra i diciotto e vent'anni, è composta da Niall Horan, Zayn Malik, Liam Payne, Harry Styles, Louis Tomlinson, cinque ragazzi ognuno proveniente da una città diversa el Regno Unito. Si tratta di un vero e proprio record per questa giovanissima boy band che promette bene.

Ritratto delle tendenze del momento con i loro visi puliti e lo stile preppy che è tanto tornato di moda negli ultimi anni. I cinque ragazzi vestono perfettamente in tinta e 'pendat' l'uno con l'altro: jeans o pantaloni stretti, anche colorati, bretelle, t-shirt navy, camicie a quadretti e scarpe bianche da tennis nuovissime. I capelli sono un vero e proprio inno alle tendenze del momento tra i più giovani: lunghi e lasciati cadere sul viso o con creste super glamour, il gioco è fatto.

Gli One Direction hanno acquisito notorietà nel 2010 dopo avere partecipato alla settima edizione inglese di X Factor. Inizialmente ognuno di loro si era presentato come solista (ed era stato scartato) ma è stata Nicole Sherzinger (l'affascinante cantante delle Pussycat Dolls) a riunirli tutti.

Il loro album di debutto UP ALL NIGHT è stato un successo in tutto il mondo, entrando al numero uno delle classifiche in 12 Paesi: **il disco è stato certificato triplo platino in Irlanda, doppio platino in Australia e nel Regno Unito e platino in Nuova Zelanda, e in appena sei mesi la band ha venduto nel mondo oltre 4,2 milioni di copie.** Il singolo di debutto "What Makes You Beautiful", vincitore di un BRIT Awards, è entrato al numero uno delle charts tanto nel Regno Unito che in Irlanda mentre negli Stati Uniti ha venduto oltre 131.000 copie nella settimana di uscita esordendo al 12mo posto della classifica Digital Songs di Billboard. Il suo debutto al 28mo posto della Billboard Hot 100 ha segnato il più alto ingresso nella chart da parte di un gruppo britannico dai tempi delle Spice Girls (1998).

Per la gioia di milioni di fan, il 29 maggio 2012, One Direction pubblicheranno in Italia il dvd "Up All Night The Live Tour". Uno strepitoso concerto che sottolinea con quale entusiasmo ed energia il gruppo si esibisce sul palco.

I 5 ragazzi sono davvero promettenti. Chissà cosa riserva il loro futuro stilistico e musicale…

29 MAGGIO 2012, ONE DIRECTION PUBBLICHERANNO IN ITALIA IL DVD "UP ALL NIGHT THE LIVE TOUR".

Kikia Piano di Sorrento

Corso Italia 327 - Parco delle Magnolie (vicino Bicimania)
Piano di Sorrento

50 mq di prodotti fortunati,

made in italy e

con prezzi **Anticrisi !!!**

Ecco alcuni esempi:

Collane,bracciali e portachiavi a partire da **4,90€**

Orecchini a partire da **1,90€**

Borse a partire da **12,90€**

Oltre 50 colori di smalti professionali Kikia **2,90€**
& tanto altro.....

Vieni a trovarci per i tuoi regali

Promozione speciale per pacchetti regali:
Completo composto da:
Foulard o pashmine,Collana,Bracciale,Orecchini

***& Borsa.....il tutto a partire da* 30€**

Tutto Made in Italy

"Un regalo fortunato non sarà mai rifiutato,
regala la fortuna
regala KIKIA"

per informazioni: 081.192.44.809 facebook *kikia Piano Di Sorrento*

WEEK END A FIRENZE
MINI GUIDA SU COSA VISITARE

E' un luogo comune che Firenze si possa visitare in due giorni: niente di più falso. I posti da visitare sarebbero decine: qui vengono segnalati solo i principali. Ma non ci sono dubbi che potrete trovare i vostri luoghi magici: lasciatevi consigliare dal vostro intuito e passeggiate liberi per la città.

Se desideri passare solo un week end a Firenze allora è meglio se parti già con le idee chiare. Il rischio di perdersi qualcosa di spettacoloso è troppo alto se non scegli con cura le tappe da fare. Inoltre, per la maggior parte dei musei a Firenze c'è la possibilità di prenotare direttamente on line la propria visita: questo ti consentirà inutile perdite di tempo e code fastidiose. Se prepari il week end con cura, eviterai spiacevoli contrattempi.

Cosa visitare a Firenze

Partendo dalla stazione centrale un itinerario tipo può essere il seguente: visitare Santa Maria Novella che ospita il crocifisso di Giotto e opere del Ghirlandaio. Poi andando verso il centro potrete visitare San Lorenzo, opera del Brunelleschi ed arrivare nel cuore della città a Piazza S. Giovanni con il Duomo o Santa Maria del Fiore, il Battistero e il Campanile di Giotto. Il centro civico è invece Piazza della Signoria, dominata da Palazzo Vecchio e con l'adiacente Loggia dei Lanzi ricca d'opere d'arte.

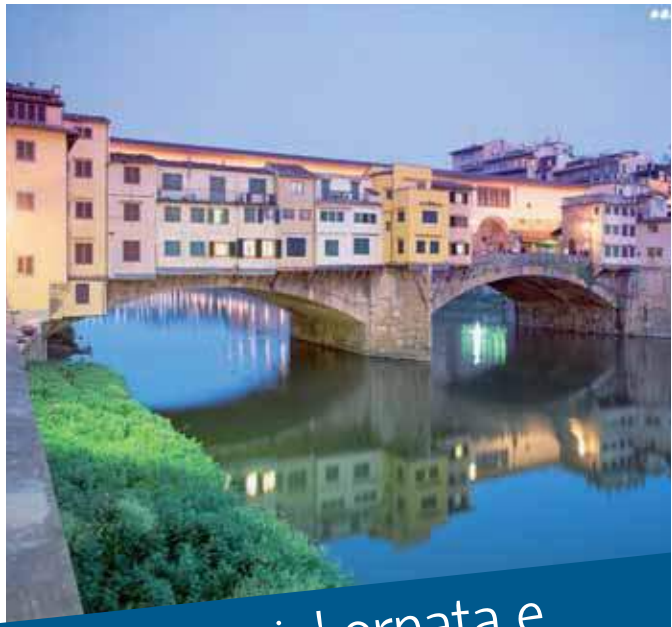
Da qui si può decidere se proseguire verso l'Arno, ricordando che circa a metà strada si ergono gli Uffizi uno dei musei più importanti del mondo, sempre affollato (è meglio prenotare via internet in anticipo!). La visita del museo richiede come minimo mezza giornata visto il grande numero di sale. Giunti sull'Arno consigliamo di visitare Ponte Vecchio, attraversare il fiume e entrare nella chiesa di Santo Spirito. Da qui si giunge facilmente a Palazzo Pitti ed i magnifici giardini di Boboli.

Se invece da Piazza della signoria si prosegue verso est si giunge alla bella cattedrale di Santa Croce che domina la piazza che porta lo stesso nome, per poi concludere la visita tornando verso l'Arno, attraversare il ponte alle Grazie e salire a Piazzale Michelangelo. Da qui la vista è suggestiva, con la cupola del Brunelleschi che domina superba il paesaggio che al tramonto diventa particolarmente struggente.

Firenze ha anche un posizione strategica: una volta che hai visto ciò che ti interessa in città, puoi utilizzarla come punto di partenza per escursioni in Toscana. Puoi arrivare comodamente ad altri luoghi turistici senza dover cambiare albergo, utilizzando comodamente i mezzi pubblici. Arezzo, Siena, Pisa, San Gimignano, Cortona, Lucca: sono tutti luoghi facilmente raggiungibili dal capoluogo toscano, in treno o in pullman.
Passare un week end a Firenze può essere la soluzione romantica per un coppia, o una alternativa intrigante per chi vuole divertirsi in una città dal respiro cosmopolita.

Shopping: negozi di abbigliamento a Firenze, gioiellerie e artigianato

Dalle botteghe artigiane alle migliori boutique di stilisti di alta moda e di gioielleria: chi desidera fare shopping a Firenze troverà il negozio giusto.
Se il vostro interesse è attratto dall'artigianato locale e dall'antiquariato allora dirigetevi nella zona di Palazzo Pitti e Santo Spirito (in particolare Via Maggio). Oltre che per la bellezza dei luoghi - era la zona più popolare di Firenze e tutt'ora mantiene certe caratteristiche genuine e vernacolari - tutta questa zona è ricca di negozi e botteghe di artigianato e antiquariato.
Altro luogo imperdibile è il famoso Ponte Vecchio: sia che siate appassionati di gioielli e artigianato

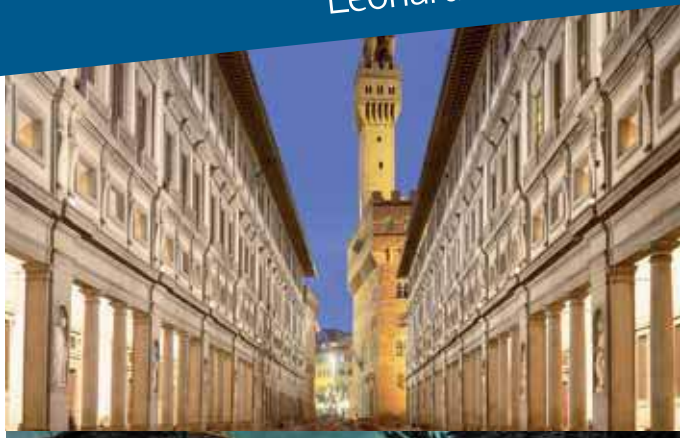


"Essa citta' e' tale che niuna cosa piu' ornata e splendida in tutto il mondo si puo' trovare." – Leonardo Bruni

(qui troverete alcune tra le migliori botteghe di Firenze) sia che adoriate l'architettura storica, questo è un luogo da non perdere. E' inoltre la via privilegiata se dopo il Duomo, Palazzo Vecchio e gli Uffizi volete dirigervi verso Palazzo Pitti.
Mercatini a Firenze. Nella zona del Porcellino (da Piazza della Repubblica verso Ponte Vecchio) trovate l'omonimo mercatino, dove potrete trovare oggetti di artigianato e abbigliamento in pelle. Un'altro mercatino tipico è quello di San Lorenzo, ma per entrambi vale lo stesso consiglio: prestare attenzione perchè oltre alle tante occasioni potreste imbattervi in qualche patacca. Inoltre, dato che siete in zona, potete dare un'occhiata anche al mercato ortofrutticolo di San Lorenzo. Vale la pena farci un salto perché è uno stupendo edificio di fine ottocento: l'atmosfera al suo interno è altamente suggestiva, e potrete trovare- dentro e nei limitrofi- ristoranti e trattorie tipiche.

Come muoversi a Firenze

Firenze è una città che si visita benissimo a piedi. I luoghi di maggior interesse sono concentrati nel centro storico, quindi a poche centinaia di metri l'uno dall'altro. Il consiglio principale, quindi, è di posteggiare l'auto in uno dei parcheggi a pagamento dislocati in centro e poi fare delle belle passeggiate e godersi la città.
Quando prenotate l'albergo o l'hotel a Firenze, verificate anticipatamente se è in possesso di parcheggio privato. Altrimenti potete prenotare un albergo fuori Firenze e muovervi con i mezzi pubblici. Se arrivate a Firenze in treno o aereo, invece, non ci sono problemi: i mezzi pubblici sono efficienti.



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

Sms pervenuti in redazione entro il 1 maggio 2012

SMS DAI LETTORI

INVIA I TUOI SMS
AL NUMERO 380.3067686

Salve a tutti stà per iniziare l'estate con serate magnifiche per poter passeggiare ed esplorare posti di divertimento in pieno relax. Sono della Penisola se c'é una lei ché anche essa piace divertirsi in serate con spensieratezza basta solo dire come contattarla. N.B. Ho 41 anni e il tutto é nei limiti del divertimento perché rispetto, fiducia e onestà fanno le persone mature. Ciao.

****

Socievole e tanta voglia di divertirci insieme nel tempo libero. Fino ad oggi ho trovato solo ragazze come meduse ma no per amore ma ché si trasformavano come sanguisughe e asociali. Quindi se ci sei e vorrai conoscermi potrai contattare direttamente la redazione ché se sarà possibile gli lascerò il numero come contattarmi. Sono sincero onesto e paziente e disponibile con tutte

Perchè non inserisci il tuo annuncio nella rubrica "Il Box"?

****

Christian r sei bellissimo *-*

****

{{2 F Publio Virgilio Marone the best in the world! :)):DD

****

Un'unica parola per definire le tigrotte di M. (vico equense) squallide.ps tenetevela cara cara perché poi passerà di moda ;)

****

Meryyyyy! :)

****

M&M! <3

****

I'll never be alone if i'll stay with you! :)

****

2F! *_*

****

Foreeeever alone! Hahaha :'D

****

Ho sbagliato a mentirti ma il motivo è la paura di perderti! (Cit.)

****

Bene,apriamo il libro di storia dire adesso inizio,adesso inizio,guardare il telefono vedere l'ora prenderlo e mandare messaggi a voi redazione..e dire alle tre e mezza mi metto al lavoro! ...É da me! :P

Grazie per i tuoi sms, ma studia, studia... :-D

****

Carissimi, one direction?!? :PP

Abbiamo mantenuto la promessa: leggi l'articolo a pagina...

****

Sapete perchè i libri nn hanno freddo?! :P

****

Allora,caro *** sei come una tazza di tè senza zollette di zucchero,mi dispiace non te la prendere è solo che quando ti vedo per strada mi passano per la mente mille immagini..elefanti,ippopotami,scimmie.. diciamo che mi ricordi un mammut..ma anche una cacchina e quando camminerò ti penserò sempre,quindi pensa al lato positivo io ti penserò sempre! ;) byebye hahaha vi piace?!

Uhmm...

****

Disperazione totale sulla stazione di meta..dove i treni nn passano..rattusi a tutta forza e circa 5 sigarette in 10 minuti!!ma dv c...o viviamoo?? Mi sa ke torneremo a viaggiare o a piedi o cn i ciucci!!-.- k penisola

Hai ragione non sei l'unica che in questo periodo si trova in difficoltà per questo disservizio. Comunque il tuo suggerimento di andare a piedi non è male. Fa bene al portafoglio e alla salute

****

Non sono cosi come credi!

****

Buonanotte :)

****

Buondì!!XD!!

****

Ciao a tt.mi dispiace nn volevo farti del male....paolo s-

****

Per Stefania R del doposcuola . Si na stell *-* Ti vogliamo bene .

****

Saretta ti voglio bene

****

Quanto sei bello :Q_____

****

Miri sei la mia piccolina *-*

****

Per Teresa S il mio bestione pone pone hahhàhhhhhha Si na scem Ti voglio bene ...

****

Per Simona Ma te la fai con tutti?

****

Dani , Terry , Sara, Miri e Miri <3 *W*

****

Vs Geometria .-.

****

Ahhh vieni qua u.u

****

bella mia <3 Ah... Eccolo qua!!!!!TARATARA!... AHAHAHAH

****

Ciao mauro.

Ssss silenzio adesso sta passando il coniglio di pasqua ke lascia uova a tutti tu aprila e dentro ce il mio augurio di pasqua a te e famiglie

****

Il sole ricorda qnt è bella l estate.... Le foto ricordano qnt è bello crescere.... Le persone cm te ricordano qnt è bella la vita.... Invialo a 17 amici e stasera riceverai un TI AMO....

****

cancellami è cancellerò dalla tua vita una xsona importante.... Conta quanti te ne tornano, il numero combacerà con l iniziale del nome dell amore della tua vita... se vuoi puoi rimandarlo anche a me se x te sn una persona importante....:-D

****

Questa vita non guarda in faccia,in faccia al massimo sputa! Buongiorno bella gente! :)

Buongiorno!!! Bel modo di iniziare la giornata...

****

Xke nn riesco a dormire bunny

****

Ciao redazione vi prego potete mettere qualcosa sull'attore del tredicesimo apostolo claudio gioè magari anke una foto grande da appenderla grazie infinite Enza

Anche questa richiesta sarà messa in programmazione. Lo sapete, cerchiamo di accontentare tutti.

****

Tanti Auguri Di Buona Pasqua :D

****

Tanti auguri di una serena e buona pasqua!!:-)!!

****

Cari auguri di buona pasqua

****

Buona Pasqua ♥

****

Cor' mjo anche tra mille xsone ad occhi chiusi ti riconoscerei !!! Ora ti voglio + ke mai ora ti voglio qui x sempre. cerca nel profondo del tuo cuore e vedrai ke ce un posto anche x me.

****

Vorrei tanto trovare1GIRL ke mi voglia bene,ma bene sul serio,inoltre cerco veri amici dai contattatemi. Grazie

****

Che Pasquetta Fantastica *.*

****

Ti vorrò sempre bene, la tua Signorina.<3 Mi Mankeresti Anke Se Nn Ti Avessi Mai Conosciuto ..<3

****

Concetta assomigli a una porchetta

****

Tra sedici giorni sono due anni.

****

A cosa serve studiare diritto quando in Italia non si capisce più nulla di politica?!?

****

Teresa di Piano sei bellissima, vorrei conoscerti kiss :*

****

Teresa chiamata Teddy

****

Toty sei un furbacchione :3

****

Manuel sei un Angelo

****

Gi tu un vicino stupendo

****

Roberta vorrei conoscere anche te

****

I <3 Pane

****

Texo' quest'bell raga mi fixa..cs ne penzi?

****

Sec te gli piaccio? Hhhhhhhhhhhhhhh

****

Nn vedo lora di vederlo hhhhhhhhhh

****

AAA cercasi bestione imbufalito

****

Simone ha scritto marika cn la c :(

****

E ci sto male vederti vicino a lei xke io ti voglio solo e soltanto per me... TI AMO MA NON RIESCO A DIRTELO... <3Ps: per un raga del 94 di Moiano

****

Ho tanto bisogno di affetto.... Ma nn ho nexuno x farmi coccolare .....!!!!! *--* :'(

****

Seiii l amore della mia vita ..... Tu sei quella persona ke avrei voluto accanto x tt la vita....!!! Tu mi dai quello ke qualunque ragazzo nn mi avrebbe mai dato.....!!!!

****

ANTONIO... Sei la persona più speciale ke io abbia mai avuto in tt la mia vita....!!! Sei l amico ke nn ho mai avuto... Ricordati ke io ci saro sempre ti voglio un mondo di bene....!!!!! Kiss .....<3<3<3<3 by la tua sorellina "" Nuny"" .....!!!!! *--*

****

{N£SSUNO MUOR£ V£RGIN£... LA VITA F…£ TUTTI...}{BUONGIORNO :*}*<3

Dopo aver letto questo secondo sms, ci sta salendo la depressione...

****

Vogliamo starbucks e dukin donuts in italia! Uffa xke non è possibile???

****

Leggila è bellissima e stavolta non ho intenzione di interrompere la catena... Dio non ti dà le persone che vuoi; Lui ti dà le persone di cui hai bisogno... per aiutarti, per ferirti,per lasciarti, per amarti e per farti diventare la persona che eri destinata ad essere. TI VOGLIO BENE. ORA, SEI SULL'OROLOGIO! IN 90 MINUTI QUALCOSA TI RENDERA' FELICE, MA DEVI MANDARLO A 9 DONNE A CUI VUOI BENE... INCLUSA ME SE VUOI..... buona giornata amica!

****

Per la BeLliSiMa AgNeSe, non sapendo come contattarla la scriviamo qui, sapendo dai suoi "abbondanti messaggi" che è un assidua cliente del LeggimiGratis, saremo lieti di averla con noi per il prossimo circo che organizzeremo a breve, vista la crisi ci troviamo a corto di costumi e di esperte truccatrici, essendo a conoscenza (avendolo sentito in giro) che lei è un esperta nel campo dei costumi per il circo e nel trucco estremo sarebbe un piacere averla con noi. Abbiamo ricevuto molte sue foto, e siamo rimasti catturati dalla sua estrema bellezza e dalla sua capacita' di saper abbinare vestiti colori e accessori perfettamente tra loro e poi volevamo chiederle di più riguardo il suo metodo di truccarsi e "acconciarsi" quei bellissimi capelli color oro. Aspettiamo sue notizie, nel prossimo mese, su questa pagina. Speriamo sia un invito di suo gradimento. Cordiali saluti IL CIRCO DI NAPOLI

****

Non sopporto che ci siano persone che per anni conservano vestiti scarpe e oggetti "riempiendo" le case soffitte e garage invece di regalare a chi ha bisogno. Poi dopo 20 anni li prendono dalla naftalina per donarli pensando di far felice qualcuno. Aaahh! Cavolo donatele prima e con amore. Altrimenti potrebbero finire nella differenziata o da penisola verde. Tenete per voi solo l'indispensabile donate il supesfluo. Il sorriso di chi riceve vi "riempira'" il cuore. Ciao red leggimigratis

****

Ma voi ci avete capito qualcosa sulla metanizzazione? Il piu' chiaro tra i sindaci e' stato l'attuale sindaco di s.agnello, peccato non essere piu' una paesana santanellese. Allacciarsi ci fara' risparmiare o pagare di piu'? A piano si sta bene ma s.agnello mi e' rimasta nel cuore e' troppo carina anche a detta di amici napoletani che l'hanno vista. Meno male che ci devo venire tutti i giorni per lavoro. Baci

****

Grazie a leggimigratis possiamo salutare amici, innamorati oppure protestare contro qualcuno ma anche elogiare qualcuno. Voi poi trattate di ogni cosa di cui scrivete con garbo e intelligenza. Continuate cosi' vi seguono lettori giovani e meno giovani. Ah dimenticavo di dirvi che solo i migliori vengono imitati. Dopo di voi ne sono nati tanti altri scopiazzando di qua e di la. Un'affezionata lettrice ed estimatrice patty

Cara patty sei molto dolce, abbiamo molto apprezzato il tuo sms e i complimenti che ci rivolgi. Ci fa piacere sapere che il nostro lavoro viene apprezzato. Sono già 9 anni che facciamo del nostro meglio per tenervi compagnia nel migliore dei modi e ci siamo riusciti grazie anche ai vostri consigli che ci hanno permesso di arrivare fino a qui. Grazie tvb

****

Molto onorato dei belli messaggi pervenuti in redazione entro il primo aprile un saluto dalla bella Capri bella come la ragazza che si evince dal giornalino Enrico da Capri

****

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, 5/10 - META (Na) - Cell. 3393132575 - email: tonynastro@libero.it - msn: tonytattoo@hotmail.it

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

Che bello il nuovo leggimi gratis *-* !!!!
****
Redazione come va? E da un po che non scrivo . Ora devo fare a cazzotti con Letteratura u.u
Sono in serbo nuove sorprese, ma per il momento non possiamo anticiparvi nient'altro.
****
Carota mia ti voglio bene by pulcina 94 <3 :)
****
Quando decidi di cucinar non ti riesco proprio a fermar. Vai in cucina ti metti ai fornelli e cominci i ritornelli. Dici il lavoro e' un grosso impegno e per oggi la cucina e' il mio regno. Corri a prender la ricetta che sei sicuro sia perfetta. Le nostre mani son veloci aglio olio e peperoncino io metto la tavola e tu prendi il vino. Aggiungi un'acciuga salata che in padella va schiacciata. Appena metti i pomodorini sento un gran bell'odorino. E' il momento della rughetta ma ti scopro a far la scarpetta. L'acqua bolle e' gia' salata butti la pasta che poi va scolata. Amore e pasta che cosa lieta decido per oggi niente dieta. Mmm...e' sempre piu' buono ma a conti fatti son sempre io che lava i piatti. Pat :)
Brava proprio simpatica
****
Anna e robby nn vedono l ora ke arrivi l estate :D
Anche noi
****
Topooooooooooooo
****
Oramai pensarti è questione di sempre.. 6 tutto x me.. Mi manchi davvero tanto!.. kiss la tua cucciola.. Ti Amo <3.. Elly e Enzo x sempre 28-05-11..<3
****
Oggi 20-04-12 è una giornata particolarmente noiosa.. Abbiamo anche un bel compito da fare >.<..uffi che noiaaaa.. Speriamo bene dai XD.. Un saluto ai nostri ragazzi che ci mancano un casino.. Baci baci da E.O.P.S. <3
****
Patrick ti vogliamo un casino di beneee e mi raccomando alla sorpresina ;)..potrebbe sembrare altro.. Ahahah.. <3
****
Mika...non esistono parole per descrivere tutto il bene che ti voglio...per questo ti dico solo...Grazie di esistere e di rendere ,ogni giorno,la mia vita migliore,di essermi vicina ,di confontarmi e aiutarmi sempre!!Grazie di tutto!!!^^P.s.me and you *forever alone*!!! <3 :33 *_____* La tua...*Mia*!!! <3
****
Pagherei qualsiasi cosa per riavere i tuoi baci.. <3
****
Stiamo mangiando la pizza fuori alle colline di Sorrento..!! Cn mimma Luisa Angelo Valerio Lorenza rosalia Francesco le donne sono sempre in maggioranza....!!
Una pizza non ci basta c'è ne vorrebbero 2!!! Sei sempre bono amore mio.... Ti amo.... -.-"
****
Alle colline di Sorrento troviamo rosa alla cassa ke ci fa pagare la deliziosa pizza del pizzaiolo Camillo!!!! Bravooooooooooo un saluto dai clienti di ogni sabato...
****
Angela G ti voglio bene da Lorenza (Miciona e Micietta)
****
Angelo p di casarlano ti voglio bene da Lorenza...
****
Oggi e festa!!!! Ttti a casa e non a scuola io sono vali e tu chi sei?
****
Stasera io e il mio amore ci siamo addormentati nel suo lettone al calduccio... Ti amo tanto Loove ~.02-10-10.~<3
****
Zucchina ti amo da morire! <3 by prete
****
Sabrina pa sei bellissima by noi del kebab
****
28 aprile week-end a milano con le persone ke stimo e voglio più bene al mondo. Turno 5 di samacademy l'esperienza più bella della mia vita. Tippete, sara, salvo, rafel, aldo, dario, martina, pina, valentina, giovanni, gianluca, francesco, jacopo, principe e altri 57 mitiche persone conosciute nei 5 giorni della mia vita. L'animatore è il lavoro + più bello del mondo. Pescara 2012.
****
Caro leggimigratis come posso sapere ki è quella ragazza ke ha lasciato il mex nello scorso numero (aprile)? Quella ke era stata lasciata da "un maturo e vissuto MAGGIORENNE" e voleva sapere se esistesse un ragazzo ke si perderebbe la partita del napoli per stare con la propria fida. No dico xké io della partita me ne sbatterei. Anke xké ho ben altri interessi. Poveri c……i quelli ke hanno la fortuna d'avere una ragazza al proprio fianco e la lasciano per una partita di pallone. Parlo da ragazzo a cui piace il calcio e gioca anke saltuariamente. Xò non si può sentire sta cosa. Vorrei contattarla x scambiare qualke chiacchiera senza, ovviamente senza nessun secondo fine, e dirle ke ragazzi come li vuole lei esistono.
Cara lettrice dello scorso numero, se sei interessata a rispondere, ti preghiamo di scriverci nuovamente
****
Invito ufficialmente tutti il 13 giugno al Teatro delle Rose a Piano di Sorrento ore 20 per il magnifico, favoloso musical "Aladin" di Academy. Firmato il magico genio della lampada *_* Vi aspetto. Anke voi redazione eh!
****
Giuly ti voglio tanto bene!! *_____*Da M.
****
Sotto al sole giù la spiaggia di massa !!!!
Nun ci' a facc Kkiù @_@
****
Mia M. Mi mancherai tantissimo in questi giorni che sarai in gita.. :(un forte abbraccio, un bacio e un dolce morso.. La tua compagna di banco. <3Ti Voglio Troppo Bene Dolcezza. <3
****
Quanti orsi per monticchio! AhahahAnna!
****
Buondì!!XD!!
****
L'attrazione non è sempre amore come dicono: due calamite uguali a volte si respingono; a volte vincono gli errori se servono a imparare. Tu sei solo uno sbaglio da non rifare. -Buongiorno Belli :3 <3
****
E ti sento lontano, sento ke quando sto vicino a te e come ti darei fastidio... Ti vedo strano nei miei confronti... Ti ricordi quando ci siamo cunosciuti quanti messaggi e telefonate ci facevamo?? Adesso MI MANCANO quelle telefonate e tutte quelle risate fatte x qualke scimità... MI MANCANO i tuoi abbracci... Non so sento ke la nostra amicizia sta finendo e io NON VOGLIO... TI VOGLIO E TI VORO SEMPRE BN SCEMINO Anke se un giorno la nostra amicizia dovrebbe finire... <3
****
Esaurimento time...
****
Le amiche: persone talmente fidate e coerenti che appena ti giri ci provano con il ragazzo che ti é sempre piaciuto e per la quale hai addirittura pianto con loro! Che tristezza infinita
****
Forse l'unica cosa che rimpiango sul serio é l'aver perso tempo dietro certe persone..
****
Ora sto tornando da Napoli con il Mio Amore... Lo amo tanto=) !!!!<3
****
{LA VITA É COME UNA FOTOGRAFIA... SORRIDI..VIENE MEGLIO..;)..}{BUONASERA & BUON SABATO <3}*
Caro lettore/Cara Lettrice ti ringraziamo per questo tuo sms. Ci hai tirato proprio su dopo tutti quei sms negativi sulla vita
****
É BASTATO UNO SGUARDO PER INNAMORARMI DI TE...E UNA FRASE PER PERDERTI...<3 <3
****
Arianna che mi salta addosso, mi riempie di schiaffi e mi mette i suoi piedi puzzoni sotto al naso per farmi svegliare.. Oh certo, che magnifico risveglio! xDBuongiorno <3
****
TU SEI UNO SBAGLIO DA NON RIFARE... :(

Baci a tutti quelli che ci menzionano nei messaggi

1 Maggio
3 Giugno

ACQUA&

PIAZZA DELLA REPUBBLICA -

€5.99 -39%
€9.90

OFFERTA CONVENIENZA 28 + 28 = 56

BIO PRESTO
DETERSIVO LAVATRICE

€6.99 -29%
€9.90

LIP DETERSIVO LAVATRICE ASSORTITO

€9.90 -33%
€14.80

OFFERTA CONVENIENZA 28 + 28 = 56

DIXAN DETERSIVO LAVATRICE ASSORTITO

€1.29 -34%
€1.98

SILVA ENERGY DETERSIVO LAVATRICE LAVANDA

€0.75 €0.75 €0.75

VIM LIQUIDO SGRASSATORE PAVIMENTI

SCALA PAVIMENTI E PIASTRELLE ASSORTITO

CIF OXY GEL ETEREGENTE PAVIMENTI ARCTIC/GARDENIA SELVATICA/LIMONE CITRUS

SAPONE®

SEGUICI ANCHE SU: FACEBOOK

www.acquaesapone.it

PIANO DI SORRENTO - DOMENICA APERTO DALLE 9.30 - 13.00

€2.95 -50%

~~€ 5.90~~

ACQUA & SAPONE SELECTION

MAYBE SHE'S BORN WITH IT. MAYBE IT'S MAYBELLINE.

MAYBELLINE NEW YORK

EXPRESS FINISH 40

SMALTO ASSORTITO. *10 ml*

€0.75

€0.75

€0.75

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

SORRENTO - Via degli Aranci, appartamento in stabile condominiale con ascensore. L' immobile si compone di: ingresso, soggiorno con angolo cottura, camera matrimoniale, cameretta e servizio. Due balconi a livello. Termautonomo. Posto auto condominiale. Box auto pertinenziale. Ottime rifiniture. Classe energetica attuale: "G" Rif. V. 40 - **€ 630.000,00**

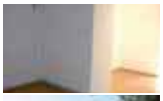
SORRENTO Via degli Aranci, in parco disponiamo in vendita al secondo piano con ascensore un quadrilocale interamente rinnovato. L' immobile si compone di: ingresso, ampia zona giorno con angolo cottura, camera matrimoniale con wc, camera, cameretta, servizio. Classe energetica attuale: "G" Rif. v. 29 **€ 750.000,00**

MASSA LUBRENSE - Loc. SANT' AGATA SUI DUE GOLFI - Corso S. Agata, proponiamo in fitto 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. Classe energetica attuale: "G" Rif. L. 44 **€ 800,00**

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. Classe energetica attuale: "G"Rif. V. 53 **Trattativa Riservata**

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. Garage pertinenziale di nuova costruzione. Classe energetica attuale: "G" rif. v. 2 **€ 400.000,00**

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



MASSA LUBRENSE - Locale fronte strada con doppio accesso. Discrete condizioni. Classe energetica attuale: "G" Rif. L .8 - **€ 700,00 Mensili**

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

MASSA LUBRENSE – Loc. Nerano - bilocale al secondo piano di un piccolo fabbricato, l' appartamento si compone di: ingresso/camera, salone con angolo cottura, bagno. Terrazzo a livello. Panoramico. Classe energetica attuale: "G"Rif. V. 33 **€ 280.000,00**

Vico Equense - Loc. Patierno, 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. Classe energetica attuale: "G"Rif. v. 52 - **€ 280.000,00**

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. **€ 600,00. 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

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 terrazzi. Cl. G,IPE 800,09

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

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

VICO EQUENSE Faito bilocale con terrazzo.

LOCAZIONI

SORRENTO appartamento composto da soggiorno, camera da letto matrimoniale, cucina, bagno, terrazzino.

PIANO DI SORRENTO bilocale composto da soggiorno angolo cottura, camera da letto, bagno con terrazzo.

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

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.

ITALFORNITURE

Alberghi | Bar | Ristoranti | Comunità | Scuole | Privati

Scaccia Roditori a Energia Solare

Vinco

- Dimensioni: 275(L)x95x266 mm
- Copertura: 30 m2
- Potenza Lampade: 2 x 6 W

- Deumidificazione:10 L/24h
- Consumo: 250W
- Alimentazione: 230V - 50Hz
- Capacità tanica: 2,3 L
- Display elettronico
- Imballo:365x220x490 mm
- Peso:11 Kg

Deumidificatori

Vinco

Scaccia Roditori a Energia Solare

Vinco

- Dimensioni: 180(D)x200 mm
- Raggio d'azione: 30 m
- Alimentazione: pannello solare integrato

VENDIAMO ANCHE ARTICOLI PER LA CASA

Lampada da Giardino a Energia Solare

Vinco

- finitura in similpietra
- Batteria Ni-MH da 700 mAh 1,2V
- 6 - 8 ore di illuminazione dopo ricarica completa
- Pannello solare con fotocellula crepuscolare
- Paletto di ancoraggio al terreno
- Dimensioni:480(H) mm
- Imballo multiplo: 4 pz.

VENDITA ALL' INGROSSO E AL DETAGLIO

Ventilatore da Tavolo

Vinco

- Potenza: 40 W - Voltaggio: 230 V
- Diametro: 400 mm
- 3 velocità - Rotazione automatica
- Peso netto: 2,9 kg
- Peso lordo: 3,2 kg
- Imballo: 435x200x425 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

CASTELLANO Immobiliare

FIAIP

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

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

SORRENTO, centralissimo, moderno, rinnovato, soleggiato, ultimo piano: soggiorno, 2 camere, cucina, doppi servizi, lunga balconata, parcheggio. RIF. A 405 (a.c.e/G)

S.AGNELLO, centrale, semindipendente, panoramico: 3 camere, cucina, doppi servizi, terrazze, ampio giardino, posti auto. Buone condizioni. RIF. V 668 (a.c.e/G)

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)

PIANO DI S. collina, in casa d'epoca: 3 camere e servizi. Da rinnovare. Possibilità di giardino. RIF. A 310 (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, locato, ottima redditività, centralissimo, moderno, rinnovato: soggiorno con a.k., 2 camere, bagno, ampia balconata, box auto. RIF. A 328 (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

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)

camera-a.k., bagno.€ 120.000 RIF. A 399 (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 (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 **€ 620.000,00 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 **€ 350.000,00 trattabili.** Buone condizioni

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 - via Massa Turro - appartamento al secondo paino di circa mq. 90 con annesso terrazzo a livello di circa mq. 40 panoramico con posto auto assegnato **€ 560.000,00 trattabili**

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

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 - Via Massa Turro - appartamento panoramico con terrazzo di circa mq. 60 da rinnovare

Massa Lubrense - S.Agata sui due Golfi - villetta indipendente immersa nel verde di su due livelli. Piano terra con lavori da ultimare. Piano primo di circa mq.90 composto da: soggiorno, cucina abitabile, 2 camere da letto,bagno terrazzo a livello con forno a legno, terrazzo di copertura attrezzato e circa mq. 2500 di giardino circostante con ingresso carrabile. **€ 680.000,00 trattabili**

LOCAZIONI

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 - 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 - 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 - 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 **€ 700,00** mensili trattabili.

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi - soluzione semindipendente composta da: cucina abitabile con terrazzo a livello, soggiorno, camera da letto e bagno. Contratto regolare **€ 550,00** mensili (ammobiliata)

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi - Monocamera in villa con bagno e spazio esterno **€ 250,00 mensili**

Massa Lubrense – S. Agata sui due Golfi- appartamentino al piano primo composto da: soggiorno, cucinotto, camera da letto, bagno, balconata panoramica e posto auto Contratto regolare **€ 500,00 mensili**

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)

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 via degli Aranci - appartamento 4° piano 120mq. composto da 3 stanze da letto, soggiorno doppio, cucina, 2 bagni. **€ 790.000,00.** (A.C.E.-G)

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

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. **€ 530.000,00.** (A.C.E.-G)

SORRENTO fabbricato di 500mq. da ristrutturare con 3000mq. giardino. Prima periferia. **Trattativa riservata.**

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 appartamento piano terra 130mq. + garage 39 mq. + 400 mq. giardino **€ 1.300.000/00** (A.C.E. -G)

SORRENTO - appartamento di 170mq. buone condizioni+150mq. terrazzo panoramico. **€1.400.00/00** (A.C.E.-G)

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

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

META corso Italia - appartamento 80mq. + terrazzo a livello ben rifinito. **€ 650.000,00.** (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. **€ 630.000,00**

MASSA LUBRENSE - località Marciano - villa indipendente panoramica vista Capri e Vesuvio con posti auto e piccoli appezzamenti di terreno. Trattativa riservata. (A.G.E.-G)

TORRE ANNUNZIATA - fabbricato composto da 11 appartamenti, 1 garage e un piccolo giardino. **€ 1.300.000,00.**

PROPONE IN FITTO

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

PIANO DI SORRENTO - località Gottola - locale/deposito 80mq. con ingresso carrabile. **€1.500/00.**

SANT'AGNELLO zona San Vito locale deposito 50mq. + spazio esterno **€ 1.000/00**

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

SANT'AGNELLO locale 80mq. per uso ufficio o attività. **€ 1.200,00.**

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.**

BACHECA ANNUNCI

ANIMALI

Cerco Cocker spaniel con pedigree femmina per accoppiamento! Tel. 3388125667

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

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

Marina di Sibari, Mar Ionio in Calabria, **fittasi in villaggio** organizzato villa su 2 livelli con 8 posti letto, giardino, portico, barbecue, aria condizionata a soli 100 metri dal mare. Tel. 3398147277

Fittasi mese di agosto monolocale 4 posti letti - Marina del Cantone Nerano. Tel. 3348782020

Fittasi bilocale arredata a Sorrento per brevi periodi, a settimana o mensile. Tel. 3342298327

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

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

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

Casa Calabria vendesi zona Santa Maria del Cedro composta da: salone, cucina, bagno, camera da letto, posto auto e giardino privato di 50 mq. Per maggiori informazioni e foto chiamami subito. Prezzo € 45.000,00 non trattabili. Tel. 3659777900

Cedesi attività di parrucchiere uomo donna in Boscoreale. Tel. 3475718952

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

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

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

Hai fatto il tagliando al tuo computer?

- Pulizia dell'hardware
- Pulizia e ottimizzazione del registro di configurazione e del disco
- Rimozione spyware ed affini, virus
- Ottimizzazione del sistema operativo e della memoria

€ 25,00

4 Bit

VENDITA E ASSISTENZA PC

Corso Italia, 317 - Piano di Sorrento (NA)
Tel. 081.534.2135

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

L'Incantesimo

Regalati una magia...

Bomboniere - Articoli da Regalo

Via San Ciro,36 - Vico Equense (NA) - Cell. 3388942792 - l.incantesimo@live.com

Fittasi BOX auto 38 mq per 2 auto a Piano di Sorrento. Tel. 3288694518

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

Affittasi a Meta (palazzo Farmacia Elifani) appartamento 100mq composto da soggiorno, cucina, bagno e 3 camere + box auto. € 1.300,00 mensili. Tel. 0818086758 - 3496376087

CAMPITELLO MATESE. Bojano, a 15 minuti dalle piste sciistiche **vendesi fabbricato abitabile** e semiarredato su due livelli in stile rustico, per complessivi 97 mq di superficie commerciale. Piano terra: soggiorno - cucina con camino, bagnetto di servizio e sala da pranzo. Piano primo: camera, cameretta e bagno. Terrazzo di copertura panoramico (32 mq circa), con soffitta (7 mq circa). Cantina (16 mq circa) al piano seminterrato con autoclave e garage adiacente da ristrutturare. Prezzo € 45.000,00 trattabili. Tel. 0818087657 - 3476166456

Appartamento all'ultimo piano (5°) ristrutturato 100mq composto da: ampio soggiorno con balcone, cucina con balconcino, bagno con finestra, 3 camere di cui due con finestra e una con balcone, con garage per auto + cantinola, sito in Meta di Sorrento in Parco a Via Angelo Cosenza. Tel. 0818086758 - 3496376087

Fittasi in Piano di Sorrento, alla via Francesco Saverio Ciampa, vicino al mare, Box/Garage di 30 mq di nuova costruzione per 2 macchine + 2 motorini. € 250, 00 mensili. Tel. 3331164968

Marina di Cassano, Piano di Sorrento. **Ampio monolocale** luminoso sul mare con terrazzo, completamente arredato con lavatrice, angolo cottura, bagno con vasca e doccia. Fittasi settimanalmente e weekend, prezzo interessante. Tel. 3663668084 - 0818075626

Sono interessato ad **acquistare un garage** in Corso S. Agata 61, sia da privato che da soggetto con partita iva. In caso di disponibilità si prega contattarmi. Tel. 3341010977

Cedesi laboratorio alimentare in Piano di Sorrento già a norma con impianti ed inox, zona centrale strada secondaria poco distante dal Corso Italia, ideale per laboratorio pasticceria/limoncello/cucina etc. Prezzo interessante. Tel. 3398687559 - 0818088269

Fittasi peirodo di maggio, giugno e luglio **appartamento** situato in Basilicata Calabria vicino Praia a mare sita in villaggio, posto auto, poco distante dal mare, composto da soggiorno, angolo cottura, bagno, balcone 4 posti letto. Una settimana € 500,00, quindicinale € 750,00. Mese di Luglio € 1.000,00 mese di Agosto € 1.200,00. Chiamare dalle 15,00 alle 21,00. Tel. 0815562305 - 3336202168 - 3661901366

Fittasi appartamento in costiera Sorrentina, in località Nerano Massalubrense ad 1 km dal mare, soggiorno angolo cottura, 4 posti letto, terrazzo panoramico. Settimanale € 700,00 oppure quindicinale € 1.000,00. Mensili maggio € 1.200,00 luglio € 1.400,00 agosto € 2.000,00. Tel. 0815562305 - 3336202168 - 3661901366

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

Sorrento adiacente Polizia di Stato **vendo box** non pertinenziale €80.000,00. Tel. 3395725580

Sorrento zona Casarlano **fittasi miniappartamento** arredato piano terra. Tel.3384086582

Cerco una persona possibilmente donna con cui dividere monolocale in penisola sorrentina. Tel. 3315636297

Fittasi in Sant' Agnello località Maiano **locale commerciale** con doppio accesso. Tel. 3297429272

Referenziato **cerco casa in affitto** in Piano di Sorrento possibilmente composta da: 3 camere +accessori con contratto regolare. Posso pagare al massimo un canone di locazione mensile di € 700,00. Astenersi agenzie immobiliari. Tel. 3393724506

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

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

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

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 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

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

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

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

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 **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

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

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 attivita 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

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

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

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

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

CORSI

Laureata con esperienza pluriennale impartisce presso il proprio domicilio zona Piano di Sorrento,**ripetizioni in tutte le materie** a studenti di scuole elementari e medie. Si effettuano anche preparazioni estive .Si garantisce massima serietà e prezzi contenuti. Tel 3338954797

Studente universitario, diplomato al Nautico **effettua ripetizioni** in materie tecniche (Navigazione, Elettrotecnica, Sicurezza, Meteo) e prepara alunni per l'esame di stato. Tel. 3393200549

Ragazza madrelingua con precedenti esperienze **impartisce lezioni di tedesco**. Tel. 3318668738 – 3484738927

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

Docente di inglese alle superiori con lunga esperienza **effettua doposcuola** per recupero insufficienze. Massima serietà. Tel. 338946567

Laureanda in scienze mm.ff.nn impartisce **lezioni private di matematica e fisica** a ragazzi delle medie e superiori. Tel. 3398790331

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 – 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

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

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

ARIZONA PARK
CLUB
Un idea dove poter organizzare la tua FESTA in ESCLUSIVA
Feste di Compleanno per i più piccoli e non, Comunioni,
Feste di fine anno scolastico, Cerimonie e Cene di gruppo.
Grande Sala stile FAR WEST, tanto spazio esterno
allestito con Maxi Playground e Bar.
Far West
IL PARCO GIOCHI E' APERTO TUTTI I GIORNI DALLE ORE 16.30 ALLE 20.30
Sono Aperte le iscrizioni per il Campus Estivo
Contattaci!
Feste a partire da € 220,00 tutto incluso
Via S. Lucia, 29
80067 - Sorrento
Tel. 081 8770650 e-mail euvan@libero.it
Coll. 360 73 96 43 - 338 22 70 188
Arizona Park

Laureata in Scienze del Turismo con esperienza all'estero e certificazioni di inglese **impartisce lezioni private** di inglese, storia, geografia e italiano per bambini di scuola elementare e medie. Massima serietà. Zona Penisola Sorrentina. Tel. 3336529364

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

Ragazza 20 anni, buona conoscenza lingua inglese, francese e spagnola, **cerca lavoro periodo estivo,** preferibilmente part - time/ extra. Massima serietà, già buona esperienza in campo lavorativo come cameriera, barista, commessa in esercizi commerciali, portineria. Tel. 3899036680

Docente certificato **effettua corsi di informatica** di base e avanzati in aula e privati. Per info inviare una e-mail a info@garmic.it

---

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. 3384938278

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. Preparazioni estive. Tel. 3315451600

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

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

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

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

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

ELETTRONICA

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

Ritiro qualsiasi tipo di elettrodomestici. Tel. 0818721394 - 3384282031

Vendesi fotocopiatrice Ricoh FT 4615. Tel. 3355270513

Vendesi stampante Color prezzo regalo. Tel. 3355270513

Vendo mix a 2 canali img/Stage Line MPX-I completo di cavetteria RCA e jack x microfono, base colore nero con indicatori a led per i Db . Prodotto funzionate € 35,00. Tel. 3392515377

Vendo asta luci in alluminio American Dj colore nero altezza fino a 3 metri supporta fino a un carico di 200 kg e carica fino a 6 luci sul suo braccio .Completa di ganci luci. Prodotto nuovo vendo a € 50,00. Tel. 3392515377

Vendo laser in alluminio colore blu certificato UE giochi luce effetto fuochi d'artificio, luce laser verde - rosso, completo di asta in plastica e alimentatore vendo a € 40,00. Tel. 3392515377

Vendesi batteria colore grigio, carica batteria e auricolare del telefonino SAMSUNG SGH Z500 a soli € 20,00. Tel. 3392331343

Vendo batteria,cavo usb,auricolare e carica batteria del telefonino SAMSUNG SGH U700 a soli € 15,00. Tel.3392331343

Vendo telefonino SAGEM quasi nuovo con manuale d'uso e carica batteria a soli € 10,00! Ottimo per chi è alle prime armi con la tecnologia! Tel.3392331343

Vendo Samsung SGH-U700V perfettamente funzionante marca Vodafone colore metallic silver+scatola+manuale utente+samsung pc studio + caricabatteria + auricolare a soli €30,00. E con l'aggiunta di €5,00 riceverai una doppia batteria! Tel.3392331343

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-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

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

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 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 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 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 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

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

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

Vendesi calcolatrice Olivetti Logos 694t. Tel. 3355270513

Vendesi Scanjet 4100 HP. Tel. 3355270513

Vendesi fax Panasonic. Tel. 3355270513

Vendesi netgear 5 port fast ethernet switch FS 105 10/100 MBJS. Tel. 3355270513

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

Vendesi audio for multimedia 80P soundforce TRUST. Tel. 3355270513

Vendesi tastiera, mouse, video, pc. Tel. 3355270513

LAVORO

Cercasi babysitter, munita di patente auto. Impegno giornaliero, seria, affidabile. zona Sorrento. Tel. 3395649298

Sarta esegue con massima serietà aggiusti, pieghe etc anche x negozi e alberghi. Tel 333859172

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

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

Buon giorno mamme se cercate una **baby-sitter** per mantenere i vostri figli e per fare le pulizie in casa eccomi qua: sono una ragazza seria e affidabile, sopratutto sul lavoro. Se avete bisogno per tutta la giornata o solo per mezza giornata contattatemi subito. Tel 3317041502

Ragazzo 25enne **effettua massaggi,** sportivi, rilassanti ed energizzanti a domicilio, ore serali. Tel. 3318540110

Cerco lavoro come baby sitter o badante, sono una ragazza seria e affidabile. In zona penisola Sorrentina. Tel. 3318945155

Estetista di Sorrento esegue anche a domicilio ricostruzioni unghie e colata! Tel. 3334287012

Ragazza seria **cerca lavoro** in penisola sorrentina. Tel. 3394230771

Si impartiscono **lezioni di chitarra** a € 20,00 mensili una volta a settimana. Tel. 3312056321

Ragazzo 21enne con varie qualifiche nel settore pratica massaggi presso il vostro domicidio. Disponibile a tutte le ore e a prezzi bassissimi. In più il primo massaggio è gratis. Per informazioni chiama la mattina. Tel. 3669374794

Ragazza seria ed affidabile **cerca lavoro** in penisola sorrentina come babysitter. Tel. 3318668738 - 3484738927

Sono una ragazza di 20 anni, **cerco lavoro** come babysitter, parrucchiera, commessa. Tel. 3343980580

Sono un' 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

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

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

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

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 fidelity card

Arabica Decaffeinato
CLASSICO e FORTE

081.534.22.70
366.2650509
info@mdeshop.com

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

OFFERTISSIMA

PRENDI 3 e PAGHI 2

MARSHMALLOW
CARAMELLE...

OFFERTA:

SULL'ACQUISTO DI 3 BOTTIGLIE DI VINO

1 BALLON IN OMAGGIO

TRASFORMA IL TUO ORO IN DESIDERI

COMPRO ORO

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

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

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

Signora 40enne SERIA ed AFFIDABILE CERCO IMBARCO per prossima stagione come ADDETTA al Riordino e al Riassetto Cabine e 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

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 e volenteroso **cerca lavoro** come ripostiere o facchinaggio in ristoranti o alberghi contattatemi in zona. Tel. 3386061966

Signora 50 anni infermiera **cerca lavoro** come babysitter o badante notte e giorno. Tel. 3339405669

Tuttofare in penisola sorrentina cerca lavoro come babysitter, assistenza o compagnia anziani o pulizia in casa per un minimo compenso. Tel. 3343551988

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

BIMBY: dimostrazione e vendita anche rateale. Tel. 3397756724

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

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) .

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

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

MOTORI

Cerco una Peugeot 207 diesel 1.6, a 5 porte; usata ma tenuta bene. Tel. 3397756724

Vendesi Opel Tigra del 1997 colore rosso. Auto con motore in perfette condizioni, carrozzeria da rivedere. Prezzo € 1.000,00 compreso il passaggio di proprietà. Tel. 3341544079

Vendesi Mercedes classe A 2000 diesel elegance, colore argento € 3.100,00 compresa di passaggio di proprietà. Tel. 3669777900

Cinquecento diesel anno 2007, colore argento, tetto panoramico full optional € 8.500,00. Tel. 3669777900

Cinquecento bianca anno 2008 full optional km 38 000 € 8.400,00. Tel. 3669777900

Triumph spider d'epoca cc. 2000, sei cilindri, sullo stile della Morgan, in ottimo stato, una rara opportunità di un'auto speciale a €. 18.000,00. Tel. 3336934881

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

Vendo FORD KA 1300 color argento metallizzato, ottime condizioni, autoradio con cd, aria condizionata, gomme appena cambiate. Qualsiasi prova. Prezzo € 2.800,00. Tel. 3383742116

Vendo Vespa Special faro tondo azzurra 50cc perfette condizioni anno 1977, € 2.700,00. Tel. 3396380418

Vendesi Bmw serie 1 m sport 120d 200 full optional 60,000 km anno 2007 come nuova. Tel. 3318318782

Vendo motore marino 8 cv Mercury a miscela gambo lungo € 800,00. Tel. 3282693401

Vendo moto BMW 850 gs nera € 7.000,00 Tel. 3282693401

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

Vendesi Vespa Special 50 cc rosso cina, perfetta anno '80 € 2.700,00. Tel. 3396380418

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

Vendo Fiat seicento del 2001 con servosterzo, di colore blu, in ottime condizioni a soli € 1.200,00. Tel. 3488758847

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

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

Vendesi Lancia Y fine 2004 come nuova. Colore beige. € 5.000,00 compreso passaggio. Tel. 329.762437

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

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

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

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

MEDIASET PREMIUM
con tutta la SERIE A e la CHAMPIONS LEAGUE

RISTORANTE MOONLIGHT

Siamo su tripadvisor

Dehors - Sala Cerimonie
Via Cappuccini, 68/A
80065 Sant'Agnello
+39 081 877 22 34

RISTORANTE PIZZERIA
Moonlight
Gestito da Antonio e Anna

MARE CON RELAX
NELLA RIVIERA DEI GELSOMINI
Dal 04 al 14 Luglio

Siderno Marina - Grand Hotel President ****
• 10 giorni pensione completa (bevande incluse)
• BUS GT
• Accesso a spiaggia e piscina (inclusi lettini e ombrelloni)

690€

MCR TRAVEL
Muoversi Con Relax

500€ Ragazzi da 7 a 12 anni
400€ Ragazzi da 3 a 6 anni

• Bambini 0-2 anni GRATIS
• Supplemento camera singola € 150

MCR Travel - Via degli Aranci, 9 – 80067 Sorrento (NA)
Tel. +39 0818785094 - +39 0818771085 - Cell.: 3663564558
Email : info@mcrtravel.it - www.mcrtravel.it
Facebook: MCR TRAVEL SORRENTO

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

VARIE

Vendo TAPIS ROULANT pro FORM da palestra semi nuovo. € 500,00 TRATTABILI: Tel. 3318378692

CANOA vendesi marca Nova colore giallo 1 posto guida + uno passeggero. € 150,00 nuova a listino 450 euro. Tel. 3669777900

Ripristino e manutenzione organi liturgici. Onestà, affidabilità e prezzi assolutamente concorrenziali e competitivi. Contattaci anche per preventivi gratuiti. Tel. 3393959182

Restauro e manutenzione strumenti musicali, assistenza tecnica pianoforti verticali e a coda, ripristino ed accordatura, manutenzione strumenti elettronici, amplificazione acustica. Consulenza e assistenza. Tel.3393959182

Divertiti ballando a soli €15.00. Balli latino americani, moderni e coreografici per tutte le età. Vi aspettiamo in Palestra Futura a Piano di Sorrento. Possibilità di esibizioni estive nelle piazze della penisola. Tel. 3392331343

Giaguarino regolamentare da montare su cofano anteriore di auto Jaguar vendo €. 120. Tel. 3336934881

Mini Minor 94 da collezione un solo proprietario verde tetto apribile vendo € 3.800,00. Tel. 3336934881

APERTE ISCRIZIONI al corso di **'TECNICHE DI MASSAGGIO'** presso la palestra ‚Move and Therapy' al Corso Italia 186, Sant'Agnello tel.0818781449. LA PRIMA LEZIONE SI TERRA'SABATO 12 MAGGIO alle ore 9:30. Questo modulo del Corso trattera particolarmente: Massaggio Aromaterapico, Riflessologia plantare. Tel. 3282958327

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

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

Vendesi Rolex modello Oyster Lady accio/oro cinturino Oyster quadrante bianco in ottime condizioni 1500 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 stupendo cappotto di visone (selvaggio) €1.000,00. Tel. 3383557879

Buono per viaggio Alilauro Napoli - Eolie, causa inutilizzo cedo a prezzo di costo. Il viaggio normalmente costa x due persone oltre € 200,00. Valido fino a settembre. Vendo € 119,00. Tel. 3476753478

Compro fumetti/giornaletti dei supereroi (thor, capitan america, uomo ragno, fantastici 4, superman, ecc.). Tel. 3404026438

Ritiro qualsiasi tipo di elettrodomestici. Tel. 0818721394 - 3384282031

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

Vendesi box doccia idromassaggio angolare Jacuzzi. Nuova ancora nell'imballo originale. Prezzo affare. Tel. 3394380887

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

Vendo fotografie illustrate della finalissima supercoppa italiana eseguita al campo Italia di Sorrento/Cremonese datate 2009/2010. Tel. 3386061966

Vendesi vestito da sposa. Tel. 3355270513

Vendesi scrivanie e sedie. Tel. 3355270513

VENDESI TELEVISIONI. Tel. 3355270513

Vendesi tappeto persiano provenienza Iran certificato 262x165 cm Nain Reale. Finissimo con seta. € 1.200,00 Tel. 329.762437

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

Affreschi e decorazioni di qualsiasi soggetto e misura realizzo su pareti, soffitti e superfici lignee, anche trompe l'oleil. Tecnica innovativa e garanzia per 10 anni (per gli interni) e 4 (per gli esterni). Prezzi concorrenziali, effetto assicurato. Tel. 3384938278

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

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

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

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

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

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

Vendesi tavolino in cristallo 2 piani in vimini scuro e cristalli fumè. € 100,00. Tel. 329.762437

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

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

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

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

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

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

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

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 carrello in vimini e bambù. Tel. 329.762437

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

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

Per un' originalissima sorpresa al vostro bambinoprenotatevi 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 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

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

---

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 **la 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

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.

Centro assistenza Plurimarche

- *Assistenza e manutenzione caldaie*
- *Bollino verde per revisioni*
- *Climatizzazione*
- *Impianti Gas*
- *Impianti solari*

gas clima

THERMITAL
argo
ARISTON
simat
HITACHI
MITSUBISHI HEAVY INDUSTRIES, LTD.
baltur
Chaffoteaux

Il tuo centro assistenza che
NASCE, CRESCE e OPERA IN PENISOLA SORRENTINA

APPROFITTA DELLE AGEVOLAZIONI FISCALI
SUI PANNELLI SOLARI e CALDAIE A CONDENSAZIONE
RECUPERO IRPEF al 55%...

... e da oggi Possibilità di finanziamenti
a 10 mesi senza interessi*

*salvo buon fine della pratica di finanziamento da parte dell'ente erogatore

Ufficio: Corso Italia, 88 - Meta - Tel. 081 19259307 - 338 4695674
sede legale: Via Traversa Selva, 3 - Sant'Agnello (Na) Tel/Fax 081 5333033 - e-mail:gasclima@inwind.it

Se devi realizzare la nuova linea di Gas Metano
CHIAMACI !!!

DIABLURA

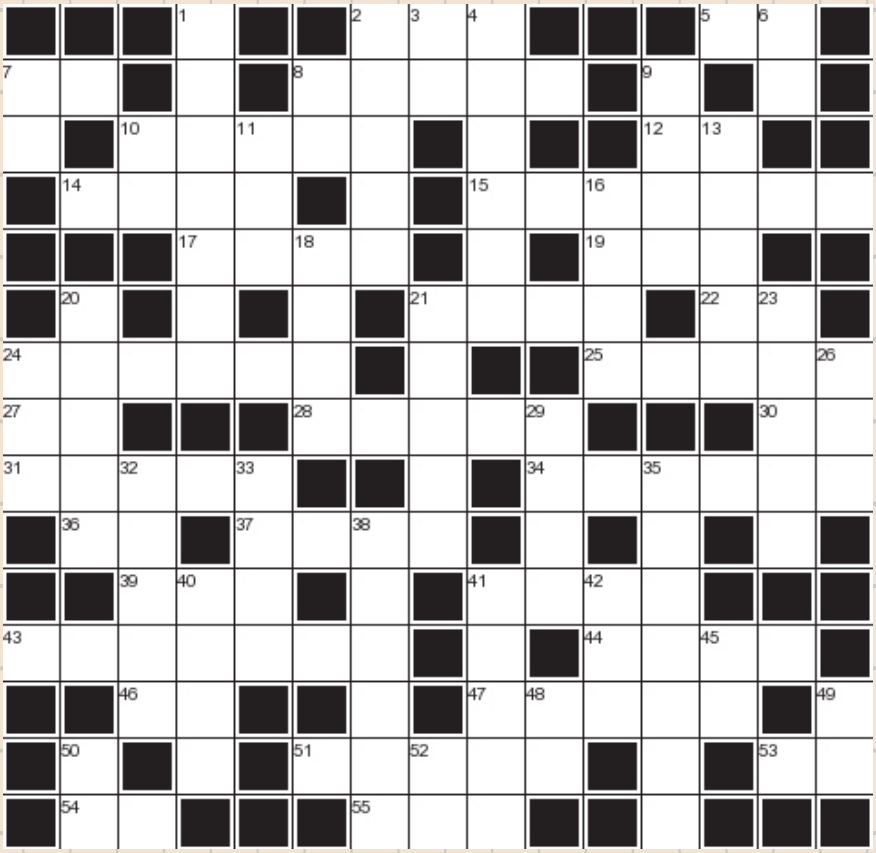
Novità Primavera - Estate 2012

Foulard vari colori
con iniziali personalizzati

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

SVAGO

CRUCIVERBA



ORIZZONTALI

2. Articolo plurale - **5.** Favule nel mezzo - **7.** Scolpire nel mezzo - **8.** Abbreviazione - **10.** Consumati da agenti atmosferici - **12.** Carota nel mezzo - **14.** Unità monetaria circolante in Cambogia - **15.** Stupidità - **17.** La Lee Nolin di Baywatch - **19.** Stile senza pari - **21.** Esofago, gargarozzo - **22.** Le prime di nuovo anno - **24.** Processo di divisione del nucleo di una cellula - **25.** Concreto, effettivo - **27.** Codice penale - **28.** Adusato, avvezzo - **30.** Iniziali della Thulin - **31.** Epopea, epos - **34.** Ambizione, inefficacia - **36.** Hapy alla fine - **37.** Bianca, senza fregi, indossata - **39.** Associazione produttori televisivi - **41.** Adattamento di tight - **43.** Chi esercita un'arte manuale - **44.** Incursione aerea - **46.** Oretta in centro - **47.** Coccola, lusinga - **51.** Guerriglieri cambogiani d'ispirazione marxista - **53.** Diktat nel mezzo - **54.** Quiz agli estremi - **55.** Procede il sig.

VERTICALI

1. Distinto, eminente - **2.** Costume, usanza - **3.** Banalmente in centro . **4.** incrocio fra due specie diverse dello stesso genere - **6.** Seguente in centro - **7.** Nell'albo - **8.** James agli estremi - **9.** Campioni d'amor patrio - **10.** Esacerbarsi agli estremi - **11.** Si grida al torero - **13.** Malattia cronica delle fosse nasali - **16.** Fiume di Monaco di Baviera - **18.** Difficoltà, fastidio - **20.** Giovane dai capelli lunghi e dall'abbigliamento variopinto - **21.** Fedigrafo, traditore - **23.** Infiammazione delle gengive - **24.** Main component element - **26.** Anni, generazione - **29.** Corpo speciale di polizia politica fascista - **32.** Nella lira greca, la corda dal suono più grave - **33.** Adeguate alle necessità - **35.** Che galleggia, che non affonda - **38.** Poeta romantico - **40.** Fibra tessile ricavata da una specie di agave - **41.** Contasecondi, contatore - **42.** Arcobaleno letterario - **45.** Chiama nel mezzo - **48.** Oristano - **49.** Newton nel mezzo - **50.** Claque in centro - **52.** Mpeg agli estremi

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

Prima puntata
Prossimo mese: Le donne

tipologie di uomini

Elenco dei tipi di uomini che si possono trovare in giro:

IL PALLONE GONFIATO: il primo pensiero quando lo conoscete è "chi è questo!?"... fidatevi del vostro istinto. Vi fa credere di essere perfetto mentre in realtà è soltanto un perdente che si crede un grande uomo. Diffidate da quelli con una macchina dal colore improbabile (bisogno di affermazione nella massa), da quelli che portano in colletto delle polo alzato (bisogno di affermazione sessuale), da quelli che vi fanno credere di essere la donna ideale (bisogno di affermazione territoriale).

IL MISTERIOSO: sta sempre zitto immerso nei suoi pensieri... in realtà non ne ha! Strimpella la chitarra nella solitudine della sua cameretta, corre dietro a donne impossibili e non vi noterà mai perché è troppo depresso per uscire con qualcuno.

IL SIMPATICO: vi farà morire dal ridere con le sue barzellette, con le gag in mezzo alla strada, con le imitazioni... lo colpirete in testa con un martello dopo l'ennesima figuraccia. Come amico è uno spasso, come fidanzato è un suicidio

IL DURO: grugnisce, tiene i pugni in tasca e vi chiama con appellativi poco carini. E' il peggio che vi possa succedere perché vi lasciate prendere dalla sindrome della crocerossina per cercare di "salvarlo". Fidatevi, sotto la scorza da macho non c'è veramente NULLA.

IL SEDUTTORE: è semplicemente bellissimo, e non manca di farvelo notare. Accanto a lui c'è sempre parcheggiata la bellona di turno che si intona perfettamente alla sua abbronzatura lampados. Sexy come un California Dream Man ma desolatamente senza un cervello, quando si spoglia correte il rischio di trovarvi impanate come una cotoletta nel suo olio profumato-lucida-bicipiti.

L'ANIMALE DA DISCOTECA: si dimena come un pazzo per tutta la notte con la camicia inzuppata credendosi l'erede naturale di Ricky Martin. Al bar della discoteca vi lancia uno sguardo ammaliatore ma poi vi accorgete che sono solo le occhiaie causate dall'ennesima notte in bianco. Da non confondersi con il tamarro: indossa sempre cappellino da baseball, giubbino in jeans e occhialazzi giganti da sole.

IL MODAIOLO: l'uomo più trendy del globo, sembra uscito dalla pubblicità di Calvin Klein. Frequenta i locali giusti e la gente giusta, non degna di uno sguardo chi non è firmato da capo a piedi. Con lui correte il rischio di rimanere in un angolo perché i suoi amici chic vi hanno scambiata per la sua colf, oppure di avere un esaurimento nervoso dopo aver speso tutto lo stipendio per gli occhiali di Gucci già passati di moda.

IL BAMBINO: sembra perfetto, pende dalle vostre labbra, vi chiede consiglio per tutto, è sempre d'accordo con voi. E perché?! Semplicemente perché non ha idee sue, si aggrappa alla prima persona che lo degni di attenzione per non fare la fatica di mettersi in gioco. Vi stuferete presto di fargli da mamma.

LO SPORTIVO: fisico da urlo (ma non sempre), impegnato nei mille allenamenti che fa durante la settimana. Se inventano un nuovo sport lui lo pratica già, oppure lo guarda in tv. E' ossessionato e ossessionante, venderebbe l'anima per la sua squadra del cuore e venderebbe voi per vincere il torneo di beach volley. Egocentrico, esibizionista, logorroico. Consigliata la variante il calciatore: è più difficile abbordarlo, ma almeno è pieno zeppo di soldi.

L'AMICONE: vi conoscete da una vita ma per lui siete attraenti come una bustina di the. Sul più bello che vi siete innamorate vi racconterà della sua nuova ragazza, trattandovi nel solito modo cameratesco e non accorgendosi assolutamente di nulla.

L'ALTERNATIVO: sporco, stracciato, con l'aria sognante. I vostri genitori lo odieranno, anche perché per conquistarlo vi sarete dovute fare piercing, dreadloks e ascoltare giorno e notte musica ska. Vi accorgerete presto che non c'è nulla di alternativo in lui e oltre la maschera è uguale a tutti gli altri.

L'INTELLETTUALOIDE: geniale, con una mente stupenda, lo sguardo acuto e penetrante, la battuta sempre pronta. Lo amerete per la sua cultura, per il parlare forbito, per la classe. Lo odierete perché tenterà di fare di voi una sua copia-adepta e se non ci riuscirà vi tratterà come l'essere più ignorante della terra dopo il vostro cane.

IL BRUTTO: antipatico, appiccicoso. Vi siete attaccate a lui perché sembrava essere l'unico che vi degnava di uno sguardo. Vi fa delle scenate di gelosia enormi e non serve molto neppure per l'autostima: vicino a lui sembrate delle bellone, ma il resto del mondo dubiterà fortemente dei vostri gusti estetici.

IL COCCO DI MAMMA: di buona famiglia, educato, attento, premuroso. Vostro padre lo vuole portare a giocare a golf con lui, vostra madre lo ha invitato per una serata a casa vostra a sorseggiare grappa alla prugna sul divano. E' semplicemente NOIOSO.

IL NARCISO: vi ascolta, vi consiglia sui vestiti, sui profumi e sulle acconciature, viene volentieri a fare shopping con voi per poi passare ore a specchiarsi nelle vetrine dei negozi. Sexy, ambiguo, chic... è gay.

TECNO CALOR

Ricambi - Caldaie - Condizionamento - Articoli termoidraulici

Per l'acquisto di un Kit completo Pannello Solare ad alto rendimento

Chaffoteaux

Unical

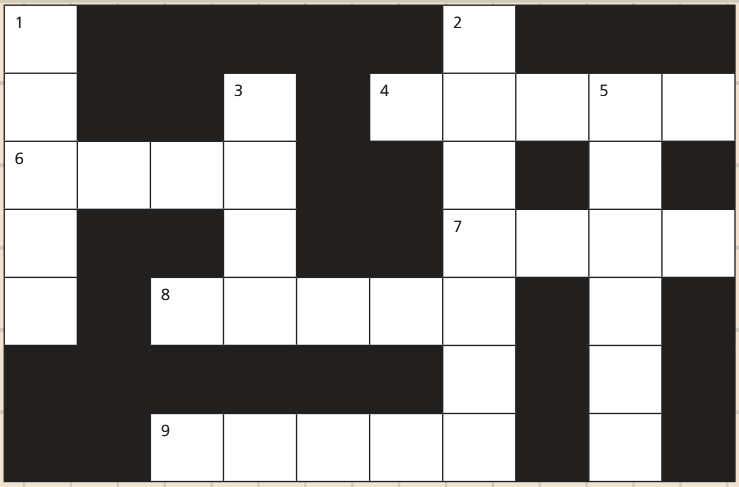
riceverai in omaggio
UNA MACCHINA FOTOGRAFICA SAMSUNG

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

KIDS CORNER

IL CORPO UMANO

Inserisci le definizioni nelle caselle in orizzontale o verticale.



ORIZZONTALI

4. Sostiene il capo.
6. La parte posteriore del capo.
7. Ha cinque dita.
8. Ci si mette l'orologio o il bracciale.
9. Hanno la pianta e il tallone.

VERTICALI

1. Sono bianchi e servono per masticare.
2. Si riempiono d'aria.
3. Ha due fori per far entrare l'aria.
5. Serve per leccare.

MEZZI DI TRASPORTO

Seguendo l'esempio, cerca i nomi dei mezzi di trasporto in orizzontale, verticale e obliquo, dall'alto in basso, dal basso verso l'alto, da destra a sinistra e da sinistra verso destra. Le lettere che rimangono formano una curiosità.

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

AEREO
AUTOCARRO
AUTOMOBILE
BARCA
BICICLETTA
CAMION
ELICOTTERO
MOTOCICLETTA
NAVE
TRAGHETTO
TRAM
TRENO

CHIAVE: _____

Garden Bar ...non solo sport

in collaborazione con

Associazione Sportiva Victoria

POLISPORTIVA
A.S.D.T.C. GARDEN MASSA

APRE LE ISCRIZIONI AL

CAMPUS ESTIVO 2012

Sport Vacanze Studio

18 GIUGNO - 30 LUGLIO
LUNEDI' - VENERDI' 8:30 - 17:30

- 3 settimane a solo 250,00 €
- Riduzioni per nucleo familiare
- Festa di fine attività con premiazione

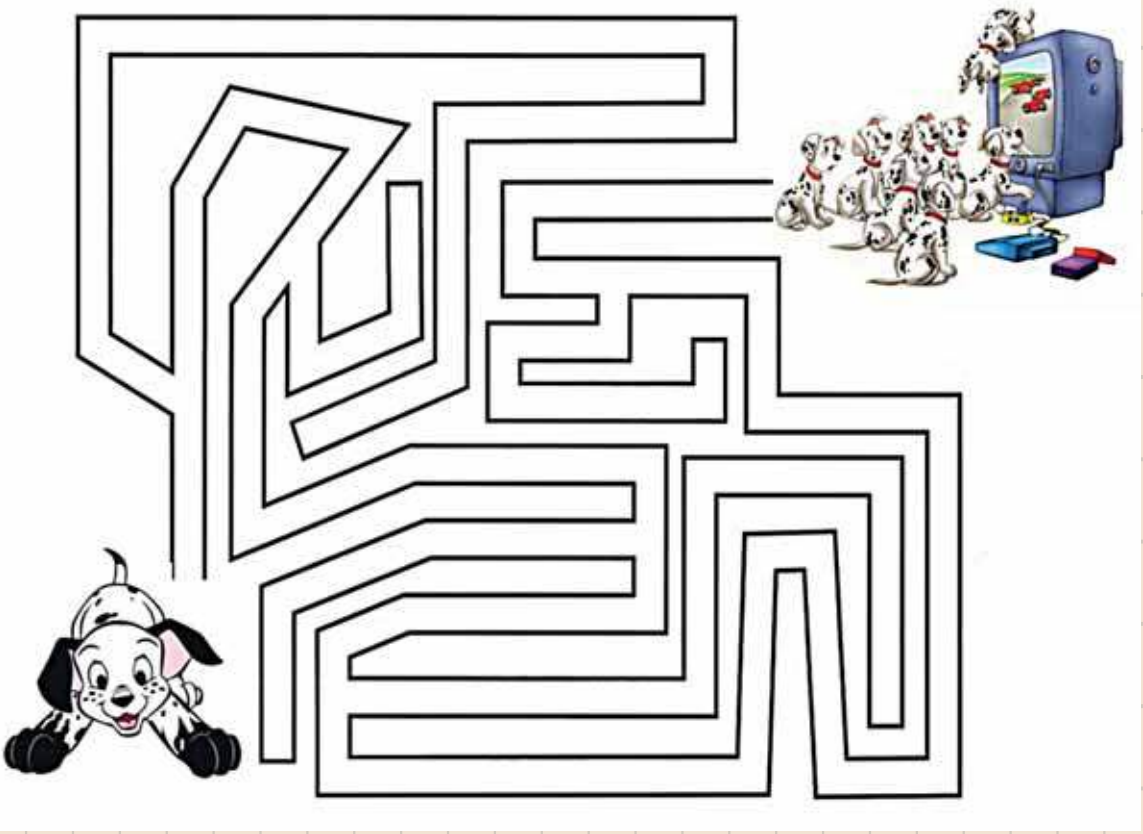
ATTIVITA'
- TENNIS
- CALCIO
- PALLAVOLO
- ATLETICA
- BASKET
- GIOCHI IN ACQUA
- FRECCETTE
- CALCIO BALILLA
- TENNIS TAVOLO
- ANIMAZIONE

LABORATORI
INGLESE
FRANCESE
ITALIANO
MATEMATICA

VIA TURRO PASTENA,1 - MASSA LUBRENSE
INFO: 081/8080595 - 3338741088

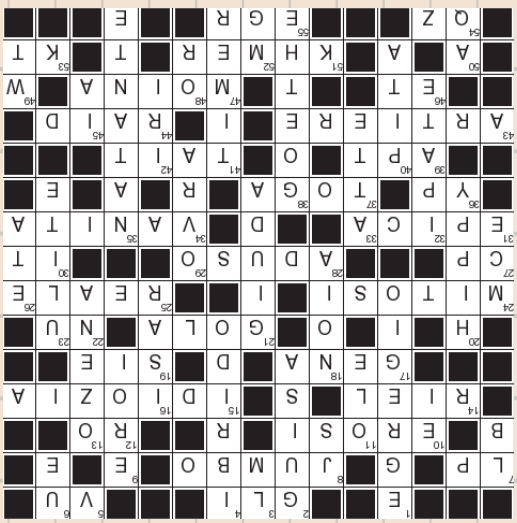
LABIRINTO

Anche macchia vuole andare a vedere la TV ma quale sarà la strada giusta?

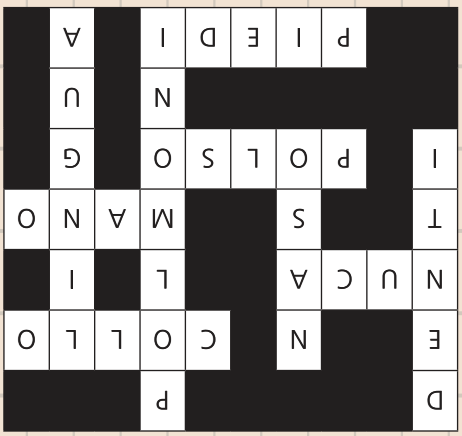


SOLUZIONI

SVAGO
Cruciverba



KIDS CORNER
Il corpo umano



Mezzi di trasporto

Chi va piano va lontano

RISTORANTE - PIZZERIA

LA FENICE

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

1 Maggio
3 Giugno

ACQUA&

PIAZZA DELLA REPUBBLICA -

€ 1.49 -39%	€ 1.99 -31%	€ 2.99 -24%	€ 2.99 -33%
€2.48	€2.00	€3.98	€4.48
GARNIER FRUCTIS HYDRA RICCI 1. SHAMPOO ASSORTITO, 250 ml - € 5.96/lt 2. BALSAMO ASSORTITO, 200 ml - € 7.45/lt	3. GARNIER FRUCTIS HYDRA RICCI CREMA NUTRIENTE DISCIPLINANTE 200 ml - € 9.95/lt	4. GARNIER FRUCTIS STYLE SPUMA ASSORTITA 150 ml - € 19,93/lt	5. GARNIER FRUCTIS STYLE GEL ASSORTITO 200 ml - € 14,95/lt

SAPONE®

SEGUICI ANCHE SU: FACEBOOK

www.acquaesapone.it

PIANO DI SORRENTO - DOMENICA APERTO DALLE 9.30 - 13.00

PRODOTTO PROFESSIONALE

Franck Provost

€3.90 -33%

€5.90

1. FRANCK PROVOST EXPERT PROFESSIONAL
SHAMPOO/BALSAMO ASSORTITI
750 ml. € 5,20/lt

€3.90 -33%

€5.90

FRANCK PROVOST
2. MOUSSE STYLING PROFESSIONALE ASSORTITA' ..300 ml. € 13,00/lt
3. SPRAY FISSANTE PROFESSIONALE ASSORTITO ..400 ml. € 8,75/lt
4. GEL PROFESSIONALE ASSORTITO ..250 ml. € 15,80/lt

€4.99 -28%

€6.98

5. FRANCK PROVOST
KIT COLORE PROFESSIONALE
Nuance cosmétique

€0.75

HQ SOLARI
MONOUSI ASSORTITE
20 ml

-49% €5.90 € 2.99

GARNIER SKIN NATURALS
HYDRA ESSENTIAL
CREMA IDRATANTE MULTIATTIVA
per tutti i tipi di pelle .50 ml

-35% €13.90 € 8.90

GARNIER SKIN NATURALS
ULTRA LIFT SIERO + CREMA
TRATTAMENTO ANTIRUGHE
30 ml

-31% €15.90 € 10.90

L'ORÉAL REVITALIFT 10
TOTAL REPAIR TRATTAMENTO
PERFEZIONATORE ANTI ETÀ CREMA
MEDIO SCURA/MEDIO CHIARA .50 ml

PASTA ASPARAGI E BURRATA

INGREDIENTI

- **250 g di asparagi**
- **2 scalogni**
- **250 ml circa di brodo vegetale**
- **1 cucchiaio di olio extravergine di oliva**
- **sale**
- **pepe**
- **100 g di burrata**
- **160 g di pasta**

PREPARAZIONE:

- Lavare accuratamente gli asparagi sotto acqua corrente, rimuovere la parte bianca del gambo, raschiarli con un coltello non troppo affilato facendo molta attenzione a non toccare le punte, fragili e delicate. Tagliare i primi 2-3 cm di punta ed affettare il gambo in dischetti di mezzo cm di spessore.
- Pulire gli scalogni eliminando lo strato più esterno di consistenza cartacea e tritarli finemente.
- Scaldare il brodo.
- Mettere in una padella l'olio, lo scalogno e portarla sul fuoco. Farlo imbiondire a fiamma media, quindi unire gli asparagi, un pizzico di sale, una grattugiata di pepe e far cuocere per qualche minuto a fiamma vivace.
- Unire un mestolo di brodo vegetale, coprire e cuocere a fiamma media per 10 minuti circa. Se il fondo di cottura dovesse asciugarsi troppo unire altro brodo vegetale.
- A fine cottura regolare di sale e tenere coperto.
- Ridurre la burrata a pezzettini, privilegiando la parte del cuore, più morbida e tenera.
- Lessare la pasta in abbondante acqua salata e, poco prima di scolarla, aggiungere mezzo mestolo di acqua di cottura nella padella di scalogni ed asparagi, quindi accendere il fuoco.
- Saltare la pasta scolata a fiamma vivace nella padella del condimento per qualche minuto, girando di frequente.
- Spegnere il fuoco, mescolare per un paio di minuti per far intiepidire, unire la burrata, mescolare brevemente e servire.

PASTA DI ABBINAMENTO IDEALE

Farfalle, fusilli, celentani, gramigna.

STAGIONE

Marzo, aprile, maggio, giugno.

INFORMAZIONI GENERALI:

- 480 Kcal a porzione
- difficoltà facile
- pronta in 45 minuti
- ricetta vegetariana
- ricetta light
- si può preparare in anticipo
- si può mangiare fuori

Questa pasta è ottima anche al forno. Disporla in una pirofila ben unta d'olio, cospargerla con Parmigiano grattugiato e gratinarla. In questo modo è possibile anche conservarla per un giorno in frigorifero, gratinandola solo poco prima di mangiarla. Ottima, se avanza, anche il giorno dopo, scaldata nel forno a 200°C per una decina di minuti. Se tende a scurirsi troppo coprirla con la carta stagnola. E' possibile anche congelarla, si conserva così per 3 mesi circa. Al momento di consumarla metterla nel frigorifero la sera prima e scaldarla al momento di mangiarla nel forno come descritto in precedenza.

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 2012

Quota per persona Euro 290,00

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

Bambini da 9 a 13 anni in 3°/4° letto Euro 150,00

Bambini fino a 8 anni in 4° letto Euro 90,00

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

Aria condizionata - Animazione, piscina e servizio spiaggia

Tessera club da pagare in loco

Formula residence

Dal 30 Giugno al 07 Luglio o Dal 07 al 14 Luglio

Bilocale 4 posti letto Euro 300,00

Trilocale 5/6 posti letto Euro 320,00

La quota comprende: Forfait servizi - T.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

SAI SOPPORTARE LA PRESSIONE?

Un esame, il primo appuntamento, un lavoro da finire rapidamente... Lo stress è inevitabile, e ogni persona vi reagisce in modo diverso. C'è chi è stimolato dalla pressione e chi farebbe di tutto per evitarla... E tu, vivi lo stress come un forza o un freno? Per saperlo rispondi alle domande del test.

1 DEVI ANDARE AD UNA FESTA, MA DEVI ANCORA COMPRARE IL REGALO PER IL FESTEGGIATO. TU:

A Ti scervelli per trovare un regalo originale. ***1 punto***
B Vai in panico: non farai mai in tempo a trovare qualcosa! ***3 punti***
C Hai già un paio di idee ma se trovi qualcos'altro... ***2 punti***

2 NON HAI PASSATO UN ESAME. LO RIDAI PENSANDO:

A Lo ridarò finché non lo passo! ***1 punto***
B Basta che non mi tocchi ridarlo ancora! ***3 punti***
C Ho studiato bene: ce la farò! ***2 punti***

3 UN/A TUO/A AMICO/A E' APPENA STATO/A LICENZIATO/A. GLI/LE DAI DEI CONSIGLI:

A Presentati direttamente nelle aziende che ti interessano! ***1 punto***
B Spedisci dei curriculum e poi si vedrà... ***3 punti***
C Approfittane per trovare un lavoro migliore! ***2 punti***

4 SECONDO TE LA PRESSIONE POTREBBE ESSERE SIMBOLIZZATA DA:

A Un vento che trascina. ***2 punti***
B Una morsa che schiaccia. ***3 punti***
C Una corda che tira. ***1 punto***

5 LA MACCHINA SI E' ROTTA, ALL'HOTEL NON C'E' POSTO... LE VACANZE ROMANTICHE INIZIANO MALE! TU:

A La butti sul ridere: anche questo fa parte del gioco! ***2 punti***
B Preferisci tornare a casa per evitare il peggio! ***3 punti***
C Speri che la brutte sorprese siano finite... ***1 punto***

6 COME PERCEPISCI FISICAMENTE LA PRESSIONE?

A Fuoco nella testa. ***2 punti***
B Nodo alla gola. ***3 punti***
C Mani sudate. ***1 punto***

7 DEVI PRESENTARE UN ESAME TRA DUE GIORNI, E SE ARRIVATO/A SOLO A META'. TU:

A Bevi litri di caffè e sgobbi tutta la notte. ***1 punto***
B Sospiri: "Non ce la farò mai!" ***3 punti***
C Vai a dormire presto per essere riposato/a ed efficiente il giorno dopo. ***2 punti***

8 PRIMO APPUNTAMENTO CON UN/A PARTNER CHE TI PIACE DA TANTO... E HAI UN BRUFOLO SUL NASO! PENSI:

A Se le/gli piaccio così, gli piacerò per sempre! ***2 punti***
B Impossibile farmi vedere in queste condizioni, annullo tutto! ***3 punti***
C Cercherò di nasconderlo e poi forse stasera si vedrà di meno... ***1 punto***

EFFICIENTE SOTTO PRESSIONE

FINO A 11 PUNTI

La tua personalità. Ti piace la tranquillità. Ma quando occorre sai sfruttare tutte le tue risorse per affrontare i momenti di tensione. Ad esempio se devi dare un esame o occuparti di un pratica importante sei efficiente e concentrata, come se lo stress rinforzasse le tue percezioni. E quando devi parlare in pubblico hai il cuore che ti batte e le mani sudate, ma ti butti con successo.
I tuoi punti forti. Sei equilibrato/a. Conosci le tue qualità e le sfrutti al massimo per superare i momenti critici. Quando accetti una sfida riesci a proiettarti positivamente nel futuro per programmare le tue vittorie.
I tuoi limiti. Spesso ti vengono dei dubbi quando senti che la pressione aumenta: «Posso farcela?» «Ne sono capace?». Avere dei dubbi è normale, basta che non ti frenino nell'agire.
Come migliorare?. Dovresti usare delle tecniche di rilassamento, per affrontare i momenti di stress in modo meno emotivo, con più serenità.

STIMOLATO/A DALLA PRESSIONE

DA 12 A 16 PUNTI

La tua personalità. Sei indubbiamente una persona dinamica e addirittura combattiva. Sicuramente le sfide ti eccitano e ti spingono a dare il meglio di te. Ti piacciono i momenti forti, quando l'adrenalina sale, l'attenzione è al massimo e la tua mente percepisce ed elabora ogni singolo stimolo. Sono situazioni che ti rendono forte.
I tuoi punti forti. Sei una persona forte, indistruttibile! E spesso desideri essere il/la migliore. Le situazioni critiche non ti spaventano: ti permettono di dare prova della tua forza di carattere, dell'enorme capacità di ripresa, che molti ti invidiano.
I tuoi limiti. Vivi a 100 all'ora e a forza di consumare energia per riuscire in tutto, rischi di sfinirti! Inoltre, a volte non esiti a calpestare gli altri pur di raggiungere i tuoi obiettivi. Attenzione a non disprezzare chi non agisce come te.
Come migliorare?. Dato che ti piacciono le emozioni forti approfittane per canalizzare la tua energia in attività di gruppo, che ti obblighino a collaborare con altre persone. Imparerai ad essere più generoso/a ed eviterai di spossarti concentrando tutto su te stesso/a!

PARALIZZATO/A DALLA PRESSIONE

DA 17 PUNTI IN POI

La tua personalità. Odi sentirti sotto pressione! Quando devi fare qualcosa all'ultimo minuto o prima di un appuntamento importante sei paralizzato/a dallo stress. Ci pensi in continuazione, non riesci più a dormire finché non finisci quello che dovevi fare. Se devi parlare in pubblico perdi la voce, ti tremano le mani e non ti ricordi più quello che dovevi dire...
I tuoi punti forti. Rispetti l'agitazione degli altri, ma preferisci vivere ad un ritmo più tranquillo, e fai di tutto per evitare qualsiasi tipo di stress.
I tuoi limiti. Preferisci rifiutare una proposta piuttosto che subirne la pressione: scappi troppo spesso di fronte alle situazioni in cui ti viene chiesto di importi o di farti avanti. Ma così facendo rinunci a opportunità interessanti...
Come migliorare?. Dato che hai una buona immaginazione, invece di creare degli stratagemmi di fuga analizza le situazioni che devi vivere e sdrammatizzale. Abbi fiducia in te stesso/a e vedrai che le sfide non sono spaventose, ma possono darti delle belle soddisfazioni!

Cinema i film del mese di MAGGIO

Molto forte, incredibilmente vicino

Film drammatico della durata di 129 min. diretto da Stephen Daldry e interpretato da Thomas Horn, Tom Hanks, Sandra Bullock, Max von Sydow. Prodotto nel 2011 in USA e distribuito in Italia da Warner Bros il giorno 23 maggio 2012.

Trama: Un ragazzino di New York, Oscar Schell, riceve dal padre un messaggio rassicurante sul cellulare: "C'è qualche problema qui nelle Torri Gemelle, ma è tutto sotto controllo". È l'11 settembre 2001. Tra gli oggetti del padre scomparso il ragazzo trova una busta col nome Black e una chiave. Si aggrappa a questi due elementi per riallacciare il rapporto troncato dalla catastrofe e per compensare un vuoto affettivo che neppure la madre riesce a colmare. Inizia, così, un viaggio nella città alla ricerca del misterioso signor Black.

Man in Black 3

Film di fantascienza diretto da Barry Sonnenfeld e interpretato da Will Smith, Josh Brolin, Tommy Lee Jones, Jemaine Clement. Prodotto (anche in 3D stereoscopico) nel 2012 in USA e distribuito in Italia da Warner Bros il giorno 23 maggio 2012.

Trama: L'Agente J viaggia nel tempo fino agli anni Sessanta per incontrare il giovane Agente K e salvargli la vita. Anche Boris farà lo stesso nel tentativo di uccidere l'Agente K e cambiare così il destino del mondo.

Margin Call

Film thriller della durata di 105 min. diretto da J.C. Chandor e interpretato da Kevin Spacey, Paul Bettany, Jeremy Irons, Zachary Quinto. Prodotto nel 2011 in USA e distribuito in Italia da 01 Distribution il giorno 18 maggio 2012.

Trama: Otto investitori coinvolti in un grosso affare bancario vivono le tumultuose 24 ore che precedono l'esplosione di una crisi finanziaria. Gli otto lottano per trovare il loro posto prima dell'arrivo della tempesta.

Cosmopolis

Film drammatico diretto da David Cronenberg e interpretato da Robert Pattinson, Paul Giamatti, Juliette Binoche, Samantha Morton. Prodotto nel 2012 e distribuito in Italia da 01 Distribution il giorno 25 maggio 2012.

Trama: Un giovane miliardario che vive in un attico su tre piani, colleziona quadri e squali, e ha una moglie altrettanto benestante. Una mattina, spinto da una strana inquietudine, l'uomo sale in limousine e dice all'autista di portarlo dall'altra parte di Manhattan, nel West Side, per tagliarsi i capelli. Inizia così un viaggio che è un'odissea metaforica, un attraversamento da est a ovest del cuore del mondo in una sola giornata, un percorso alla ricerca della proprie radici.

La fredda luce del giorno

Film d'azione diretto da Mabrouk El Mechri e interpretato da Henry Cavill, Bruce Willis, Sigourney Weaver, Emma Hamilton, Verónica Echegui.
Prodotto nel 2012 in USA e distribuito in Italia da Moviemax il giorno 18 maggio 2012.

Trama: Un arrogante affarista di Wall Street accompagna controvoglia la famiglia in vacanza in Spagna. Quando, però, i suoi genitori vengono rapiti, il giovane uomo viene coinvolto in una cospirazione governativa e dovrà scavare nei cupi segreti del padre per salvare i propri cari.

Il pescatore di sogni

Commedia romantica della durata di 107 min. diretto da Lasse Hallström e interpretato da Amr Waked, Emily Blunt, Catherine Steadman, Tom Mison.
Prodotto nel 2012 in Gran Bretagna e distribuito in Italia da M2 Pictures il giorno 18 maggio 2012.

Trama: Il dottor Alfred Jones è un tranquillo biologo che lavora per l'ente inglese di tutela della pesca ed è tiranneggiato da un'odiosa moglie in carriera. Quando uno sceicco ricchissimo e visionario decide di introdurre la pesca al salmone, torrenti compresi, tra le aride montagne dello Yemen, Fred viene trascinato controvoglia nell'impresa, ma poi, a sorpresa, conosce e si innamora della dolce emissaria dello sceicco e si convince che il salmone in Medio Oriente renderà il mondo un posto migliore.

SUPER CRUISE, LE CADILLAC GUIDANO DA SOLE

A seguire la strada delle auto che si guidano da sé non c'è solo Google. Anche GM sta studiando un sistema in grado di sterzare e frenare automaticamente l'automobile senza l'intervento del guidatore: si chiama "Super Cruise". A differenza del progetto di Google, però, che invece punta a sollevare del tutto il conducente dalla guida, il progetto della Casa americana è un'evoluzione del cruise control che si attiva solo durante le lunghe percorrenze in autostrada e solo se le condizioni di visibilità e atmosferiche sono ottimali.
Il Super Cruise di Cadillac mette insieme diverse tecnologie già disponibili presso molti costruttori, come la frenata automatica, il regolatore di velocità, **il radar di prossimità con i veicoli che si trovano nelle corsie adiacenti, con un sistema di sterzata automatica che si basa su mappe stradali che vengono lette attraverso un ricevitore GPS.** Il Super Cruise sarà introdotto da Cadillac sulle prossime XTS e ATS.

AKIRA REPLICA, DAI MANGA ALLA BENEFICENZA

Guardando le foto di questa "motocicletta" viene immediato pensare che a volte diversi tipi di passioni, se messi insieme, possono portare alla luce grandi progetti.
E' il caso di Masashi Teshima appassionato sì di motociclette, ma soprattutto di fumetti manga e di film anime. Teshima, giapponese di Fukuoka, si impegnò ormai sette anni addietro nel tentativo di realizzare una replica esatta della cavalcatura del suo beniamino dei fumetti. Sì perché la moto è esattamente quella che gli appassionati di Akira, il popolare cartoon giapponese degli anni ottanta, firmato da Katsuhiro Otomo, conoscono come l'inguidabile due ruote di Shotaro Kaneda il protagonista della fortunata serie, divenuta anche un lungometraggio.

SETTE ANNI, 93MILA EURO E UN PROGETTO BENEFICO

Il progetto di Teshima era molto ambizioso, ricostruire una replica perfetta della moto di Kaneda, da sottoporre direttamente al vaglio del disegnatore di Akira con l'obiettivo di ottenere da Otomo il riconoscimento della sua creatura come unica replica ufficiale della rossa protagonista di Akira.
Il proprietario ha impiegato ben sette anni per costruirla e ci ha speso oltre 93 mila euro per finirla. La fatica ha portato però i risultati sperati, perché Katsuhiro Otomo ha di buon grado concesso il proprio benestare e la motocicletta è ora riconosciuta come esatta replica di quella del film.
Masashi Teshima è attualmente impegnato in un viaggio di beneficenza per le strade del Giappone con l'obiettivo di raccogliere fondi per la ricerca a favore dei bambini autistici. L'ultima tappa del viaggio sarà Tokio, dove la moto sarà esposta in una mostra organizzata proprio dal disegnatore di Akira, anche in questo caso con l'intento benefico di raccogliere fondi per le vittime del terremoto del marzo 2011 in Giappone.

NUOVI FARI A MATRICE DI LED. COSI' IL DEVIOLUCI VA IN PENSIONE

Il futuro dell'illuminazione nel settore automotive è nella tecnologia LED, che ormai sta per soppiantare totalmente le lampade alogene. E con i diodi luminosi si aprono nuove strade... per vederci meglio. Opel è tra i costruttori che sta lavorando su un nuovo tipo di faro anteriore basato su una tecnologia denominata matrice di LED, che in futuro potrebbe sostituire gli odierni fari adattivi il cui funzionamento si basa sul movimento di parti meccaniche. Nei fari a matrice di LED la luce abbagliante è sempre attiva per offrire al guidatore la massima visibilità, ma l'intensità del fascio luminoso viene modulata a seconda della situazione di luce e traffico. Si tratta di prototipi ancora in fase di test, ma la Casa tedesca ha già in programma di adottarli sulla produzione di serie in tempi non troppo lunghi.

COME FUNZIONA

Il nuovo faro della Opel è composto da due gruppi di LED, le matrici, formati da quattro segmenti luminosi. **Dietro ogni segmento vi sono quattro sorgenti luminose, i LED, che possono essere accesi o spenti individualmente, producendo in totale 256 combinazioni di luce.** Il sistema adotta automaticamente il migliore fascio luminoso possibile attraverso i segnali inviati dalla telecamera del sistema Opel Eye (il sistema di riconoscimento dei segnali stradali) posizionata tra il parabrezza e lo specchietto retrovisore. Quando i sensori dell'Opel Eye rilevano fonti luminose provenienti dal traffico che precede o che procede in direzione opposta elaborano dei segnali che vengono inviati ai fari a matrice di LED: i fari abbaglianti sul lato del traffico proveniente dalla direzione opposta o che precede vengono automaticamente ridotti, mentre i fari sull'altro lato restano accesi. A seconda della situazione, la riduzione dell'intensità può essere diversa, garantendo così l'assenza di fastidi per gli altri utenti della strada e al contempo migliore visibilità di eventuali altri ostacoli non illuminati.

VANTAGGI

Grazie a questo nuovo approccio, **il faro abbagliante non infastidisce mai gli altri utenti e viene adattato automaticamente in base alla situazione del traffico.** In questo senso, la luce a matrice assiste chi guida in modo intelligente, offrendogli una esperienza di guida rilassata, mantenendo contemporaneamente il massimo livello di sicurezza possibile. La regolazione del faro è inoltre più rapida rispetto a qualsiasi altra soluzione che si affidi al guidatore o ad elementi meccanici in movimento. Un ulteriore vantaggio è il consumo ridotto di energia, pari all'incirca a solo la metà dell'energia utilizzata dai tradizionali fari alogeni.

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

di Alfredo Crispo

STAR WARS ARRIVA SU KINECT:
DIVENTA ANCHE TU UNO JEDI

Quella di star wars è la serie di film che ha fatto più "vittime" di qualunque altra, per anni generazioni vecchie e nuove si sono lasciate rapire da questo mondo fantascientifico, creando veri e proprio gruppi di fan che puntualmente ricreano attraverso accurate ricostruzioni alcune scene salienti dei film.
Tutti i fan della serie hanno un sogno, diventare uno Jedi almeno per una volta, da oggi questo sarà possibile grazie al gioco per xbox 360, Kinect Star Wars, che sfrutta il nuovo rilevatore di movimento per permettere al giocatore di dare al personaggio che sta interpretando le proprie movenze senza utilizzare nessun joypad.

IL GIOCO COMPRENDE ANCHE QUATTRO MODALITA' EXTRA CHE NON HANNO NULLA A CHE FARE CON LA STORIA PRINCIPALE

Kinect Star Wars ci permetterà di entrare nei panni di un novello Jedi, che non essendo uno dei protagonisti della serie ci consentirà di immedesimarci ancora di più in questo nostro protagonista.
Nel gioco combatteremo come un vero Jedi utilizzando la famosa spada laser e la ancora più famosa forza, in fatti con semplici gesti potremo allontanare i nemici o afferrarli per metterli KO, ci ritroveremo alla guida del millennium falcon e saremo chiamati a nuetralizzare un astronave molto simile alla morte nera.
Il gioco comprende anche quattro modalità extra che non hanno nulla a che fare con la storia principale, nel primo mini gioco sarà possibile affrontare uno dopo l'altro una serie di duelli durante i quali potremo affrontare i cattivi storici dalla serie, ci ritroveremo persino faccia a faccia con Darth Vader.
Il secondo mini gioco riguarderà la famose gare con gli sgusci, chi ha sempre sognato di guidare uno di questi mezzi da corsa verrà accontentato una volta per tutte.
Il terzo mini gioco è più simile ad una valvola di sfogo, potremo in fatti vestire i panni di un Rancor una gigantesca creatura grazie alla quale potremo demolire interi scenari con semplici mosse, ci basterà saltare, battere i piedi e sferrare pugni per far crollare interi edifici.
Il quarto mini gioco è di sicuro il più divertente e particolare dei quattro, saremo chiamati a far ballare i nostri personaggi come in una sorta di versione alla Star Wars di dance central, non sorprendetevi se vedrete la principessa Leila esibirsi in sorprendenti mosse di hip hop.
Questo gioco sfrutta interamente il supporto Kinect, fino ad ora non sono ancora molti i giochi che hanno usato questa tecnologia e quelli che la hanno utilizzata non lo hanno fatto a dovere, purtroppo Kinect Star Wars fa parte di questa categoria.
Nel corso del gioco ci si potrebbe rendere conto che le mosse che eseguiamo per attaccare gli avversari potrebbero essere fraintese dalla nostra controparte digitale o essere ignorate del tutto, questo rende il gioco abbastanza fastidioso, in fondo ognuno di noi si innervosirebbe nel vedere il nostro personaggio restare perfettamente immobile quando invece gli abbiamo ordinato un fendente di spada laser.
I Problemi riguardano anche le corse con gli sgusci, per correre saremo chiamati a tendere le braccia in avanti per controllare il mezzo, in più potremo sbalzare fuori dalla pista gli avversari al nostro fianco semplicemente tendendo il braccio all'esterno, questo può portare alla perdita del controllo del mezzo o a sterzate indesiderate. Kinect Star Wars è un gioco colmo di pregi e difetti, chi lo acquisterà dovrà essere pienamente consapevole di non trovarsi di fronte ad un titolo rivoluzionario, ma semplicemente di fronte ad un gioco che cerca di sfruttare le potenzialità del Kinect senza però riuscirci a pieno. **Di sicuro è un gioco da fare in compagnia, le risate non mancheranno quando ci si metterà a ballare sulle note di famose canzoni riadattate alla maniera di Star Wars,** i duelli invece potrebbero portare il giocatore ad innervosirsi, quindi per chi sente di avere poca pazienza consiglio una corroborante partita a tetris, in fondo i giochi sono fatti per divertire non per innervosire.

Giuseppe Jaccarino

camicie Italia

camicie personalizzate e su misura
accessori - cravatte

personalized tailored shirts
ties - accessories

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

Cell. 333 41 88 632
info@camiciegiuseppeiaccarino.com

SATISFHAIR

Luca e Tony

hair style

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

SATISFHAIR

TRENI CIRCUMVESUVIANA

www.vesuviana.it

Orario in vigore dal 1 al 31 maggio 2012

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

NAUTICA SIC SIC

Since 1988

Porto di Sorrento - Sorrento Harbour

DA 50€ A..... FROM 50€ TO.....

WWW.NAUTICASICSIC.COM

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

Boat Excursions to Capri, Positano, Amalfi and Ischia

Info: 081.8072283 - 330706947 - 3357738005

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

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

"Se causo un allagamento o un incendio al mio appartamento, sono protetto dalla polizza del condominio."

E se questa non fosse la realtà?

ProteggiFamiglia di Allianz
è la tua nuova certezza.
E costa meno di quello che pensi.

Chiedi informazioni e partecipa
al grande concorso ProteggiFamiglia.

Allianz Lloyd Adriatico Giardullo s.a.s.

Siamo presenti sul territorio della penisola sorrentina con le nostre filialisite in:

Meta, Via Cassari 2 tel. 08119185190 (nuova sede)
Piano, Piazza della Repubblica 35/bis tel 0815322899
Sant'Agnello, Corso Italia 42 tel. 0818773735
Sorrento, Corso Italia, 220 tel.0818784216
Massa Lubrense, Via Partenope, 6 tel.0818789061 (nuova sede)

Distributore automatico cartucce 24h su 24

E-print

I professionisti della stampa

Hai paura che il compatibile faccia danni alla stampante?

I compatibili non sono tutti uguali !

Prova i nostri e vedrai che botto!!!

Solo nel 2011 sono state vendute 25.800 cartucce a Marchio E-print & Cartuccecompatibili.com con certificazione ISO9001

Unica sede in Sorrento - Corso Italia 260/b - Tel 081 8071687 - 5329113