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

Mensile - Anno 9 - N° 11 - **Novembre 2012**

LEGGIMIGRATIS

QDS

Questione Di Stile

SHOES

METTE LA CRISI SOTTO I TACCHI

Corso Italia 59 - Meta - Tel. 081 532 2616

A Sant'Agata dei Due Golfi...

Villa Caprile

Ristorante e Pizzeria

Punto di riferimento
per incontri con Amici e Parenti...
La professionalità, la cortesia
e il calore dell'ambiente..
FANNO DI VILLA CAPRILE
UN LOCALE UNICO
E INDIMENTICABILE

Il primo dove gusti i vecchi sapori della ***CUCINA SORRENTINA***
LA VERA PIZZA NAPOLETANA IN FORNO A LEGNA.

Vieni ad assaggiare
la nascita del
BIRICCHINOTTO di Daniele.

Dopo il Successo degli anni precedenti
CENONE DI CAPODANNO 2012
Tradizione Musica e Divertimento

tripadvisor
get the truth. then go.

MEDIASET PREMIUM
tutta la SERIE A e CHAMPIONS LEAGUE

APERTI TUTTO L'ANNO

Via Monte Arso, 1 - Sant'Agata sui due Golfi
Massa Lubrense (Na) Tel. 081 808 52 00
www.ristorantevillacaprile.com - info@ristorantevillacaprile.com

Fitness experience

ULYSSE FITNESS

ULYSSE Fitness

Iscriviti con un amico/a
e riceverai uno sconto del

50%

PER ENTRAMBI

Pacchetto di benvenuto e
Thermae in omaggio

30

Euro mensili

Novità

FUNCTIONAL TRAINING

ZUMBA

Via del Mare 22 - 80067 Sorrento (NA) - Tel. 0818774923 - Fax 0818773915
info@ulyssesorrento.com

GARGIULO

Quello dell'Olio di Sorrento

FRANTOIO DAL 1849

Presentando questo coupon alla cassa avrai diritto al 10% di sconto su tutta la merce acquistata

a Natale vuoi un Regalo Originale?

Vieni a scoprire i cesti regalo con i nostri oli e prodotti tipici: un Regalo Speciale e Sicuramente Gradito

Visita il nostro Show Room

Direttamente all'Oleificio Gargiulo
in Via Nastro d'Argento, 9
80065 Sant'Agnello (Na)
Tel. 081 807 2300
www.sorrentolio.it
visiteguidate@sorrentolio.it

Blossoms PUB

TUTTI I SABATO DI NOVEMBRE!

Eugenium

Il primo pub concentrato sui giochi !!! Ping pong, calciobalilla, flipper, xbox360, wii, e tantissimi giochi da tavolo.

MUSIC GAMES
non il solito karaoke...

sky HD
FREE WiFi
SERIE A
EUROPA LEAGUE
CHAMPIONS LEAGUE

DELITTI AL BLOSSOMS
GENE CON DELITTO

in collaborazione con:
BARATTOLI COSMICI

Le prossime date:

14/11/12	MAMMA MAFIA
28/11/12	BELLE DA MORIRE
12/12/12	HANNO UCCISO L' UOMO RAGNO
26/12/12	MAST XMAS

BLOSSOMS PUB e' in Via Cavone,77 - Piano di Sorrento (NA)
info e prenotazioni: 3339521200 (Domenico) - BLOSSOMS PIANO

Anno 9 - Numero 11

NOVEMBRE 2012

IN OGNI NUMERO

8 Sai perchè?
12 News dal Mondo
16 Chiedi all'esperto
18 Ricetta del mese
36 Annunci immobiliari
43 SMS dai lettori
50 Bacheca annunci
60 Il box
62 Svago
66 Kids Corner
72 Nei cinema a novembre
74 Auto & Co.
76 Orari e numeri utili

QUESTO MESE...

Eventi
20 **IX Memorial "G.Serbandini"**
Domenica 4 novembre alle ore 19.00 ha preso il via la IX edizione del Memorial Serbandini

Mondo Bimbi
24 **Nonni, un legame unico**
L'intensità del legame che unisce nonni e nipoti nasce da una grande complicità ed intesa

Affari di cuore
26 **Ti presento i miei**
In ogni storia d'amore esiste una tappa angosciante e, a volte, decisiva

Benessere
28 **Automassaggi - I parte**
I massaggi vanno sempre più di moda. E si capisce, visto i grandi benefici che procurano

Bellezza
30 **Unghie perfette in pochi step**
Le mani sono una delle armi di seduzione più importanti per una donna

Moda
32 **Portare i pantaloni aderenti**
I pantaloni aderenti sono un vero e proprio esercizio di stile. Alla fine di ogni stagione tornano sempre

Ecologia
34 **Lavastoviglie o lavello?**
A mano o in lavapiatti? Qual è il metodo più eco-friendly di pulire le stoviglie dopo cena?

Test
70 **Quanto siete bravi a litigare?**
"L'amore non è bello se non è litigarello", dice il proverbio! A volte, una bella litigata serve

La partecipazione a LeggimiGratis è assolutamente volontaria e gratuita. Per motivi organizzativi, tutto il materiale ricevuto non verrà restituito ed entrerà a far parte dell'archivio della redazione. La scelta di pubblicare o meno il materiale inviatoci resta ad insindacabile giudizio dell'editore, il quale si riserva di pubblicarne solo una parte e/o di farlo in un numero della rivista a sua scelta o di non pubblicarlo affatto. L'editore si riserva comunque il diritto di impaginare il materiale nella maniera più consona alla struttura della rivista in modo da garantirne una corretta visualizzazione e presentazione. L'editore non è responsabile della provenienza, della qualità e del contenuto delle inserzioni pubblicitarie, degli annunci e degli sms di cui non si assume obbligo di segretezza del mittente e che a suo insindacabile giudizio potrebbe essere pubblicato o comunicato a terzi, e neppure per le conseguenze dirette ed indirette che possano derivare dalla non rispondenza di tali dati con la realtà. Salvo diversa indicazione, tutti i contenuti pubblicitari sono stati elaborati dalla redazione e concessi agli inserzionisti per l'utilizzo esclusivo su questa rivista e pertanto sono da considerarsi soggetti a copyright, ogni riproduzione totale o parziale è vietata.

PER LA TUA PUBBLICITÀ SUL LEGGIMIGRATIS **380.3571772**

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

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

AUTOCARROZZERIA

GIOVANNI TIZZANO

Non fatevi cogliere impreparati all'arrivo dell'inverno!
Per una maggiore visibilità e sicurezza stradale in caso di pioggia approfittate, ad un modico prezzo, dei

TRATTAMENTI IDROREPELLENTI PER PARABREZZA

basati sulla più avanzata nanotecnologia

Inoltre l'Autocarrozzeria Tizzano Giovanni vi ricorda il suo servizio:

SISTEMA DI RIPRISTINO PROFESSIONALE DEI FARI

Elimina l'effetto opaco
e l'ingiallimento dai fari
con una semplice operazione

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

SAI PERCHÈ?

PERCHÉ AL TELEFONO SI DICE "PRONTO"?

Su questo argomento non è possibile dare una risposta certa, ma si sono formulate varie ipotesi. La più accreditata fa risalire l'usanza ai primissimi tempi della telefonia, quando tutti i collegamenti venivano effettuati tramite l'operatore, un po' come accadeva per le interurbane ancora fino al 1970. L'abbonato si metteva in contatto con le centraliniste, che tentavano di prendere la linea e poi avvertivano l'abbonato quando il collegamento era pronto. Da qui forse l'uso di precedere la conversazione con un "pronto".

Il tono brusco con cui "pronto" è pronunciato potrebbe invece essere in relazione col fatto che i primi utenti del telefono furono militari, poliziotti e pompieri: il primo collegamento telefonico a Milano avvenne proprio fra il Municipio e la caserma dei pompieri.

A CHE COSA SERVE IL CUSCINO?

Nella maggior parte dei casi il cuscino non ha una funzione particolare e, anzi, sarebbe utile abituarsi a dormire senza. **Un cuscino basso e leggermente rigido, comunque, permette di mantenere la curvatura fisiologica della cervicale** (il tratto della spina dorsale che comprende le prime sette vertebre). È invece sconsigliabile usare cuscini alti, tranne che in presenza di alcune patologie, come ad esempio cardiopatie, problemi di respirazione o particolari tipi di artrosi cervicale.

COME VIENE FATTO IL CHEWING GUM?

Gli ingredienti del chewing gum sono gomma base (20 per cento), zucchero e additivi (coloranti e aromi). **La gomma base viene preparata artificialmente, quindi sterilizzata in un grande forno a vapore e privata di eventuali imperfezioni in una centrifuga.** Quindi si aggiungono gli altri ingredienti e si mette tutto in un'impastatrice. L'impasto, ancora caldo, passa in un laminatoio, dove alcuni rulli lo spianano e poi lo tagliano in fogli sottili. Zucchero in polvere su entrambi i lati impedisce che le lamine appiccichino. Dai fogli, per tagli ulteriori, si arriverà poi alle tavolette. Queste vengono quindi impacchettate da una macchina. **Per fare le bubblegum (le "cicche" più adatte per i palloncini) stesso procedimento, ma si aumenta la percentuale di gomma.** Il chewinggum è stato inventato dai popoli messicani, che masticavano chicle (lattice della sapota - Manilkaraachras - una pianta centroamericana).

FARMACIA INTERNAZIONALE

PIANO DI SORRENTO

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

REGGISENI GRAVIDANZA E ALLATTAMENTO

PANCIERE PRE E POST PARTO

Anita maternity

PIGIAMI E CAMICIE DA NOTTE

GUAINE SNELLENTI

medi

COLLANT
AUTOREGGENTI
GAMBALETTI
CALZINI UOMO
COLLANT GESTANTI
A COMPRESSIONE GRADUATA

3x2

APERTI TUTTI I SABATO POMERIGGIO

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

GIORNATE DI PREVENZIONE

SOVRAPPESO E OBESITÀ

MERCOLEDÌ 14 NOVEMBRE 2012 DALLE ORE 16.30

presso la Farmacia sarà possibile effettuare un test gratuito per valutare, insieme alle nutrizioniste, le tue abitudini alimentari. Ti Aspettiamo

PERCHÉ IN CALIFORNIA LE CITTÀ HANNO NOMI DI SANTI?

Non tutte, certo, ma molte sì. **San Francisco, San Jose, San Diego, San Bernardino, Santa Barbara, San Juan Capistrano, San Luis Obispo, Santa Maria, Santa Rosa, Santa Cruz, Santa Monica, Santa Ana, San Matteo...**

Tutte città californiane e quasi tutte sulla costa (o nei pressi) dell'oceano Pacifico. L'origine dei nomi di molte città della California si deve all'arrivo su queste terre degli spagnoli, che diedero inizio alla colonizzazione vera e propria nel Settecento. Tra il 1769 e il 1823, in California i francescani fondarono 21 missioni: alla prima, San Diego, seguirono le altre lungo tutta la costa andando in direzione nord, fino a San Francisco. **Alle missioni religiose furono attribuiti nomi di santi, e questa abitudine si mantenne anche nel battezzare le numerose cittadine e avamposti militari che sorsero parallelamente.** Missioni, città e avamposti servivano a prendere il controllo del territorio per difendere gli interessi del regno di Spagna, ma anche per convertire al cattolicesimo i nativi americani.

È LEGALE PORTARSI A CASA UNA VALIGETTA PIENA DI DENARO TROVATA PER TERRA?

No. Perciò, malgrado la forte tentazione prendere e portare a casa, si dovrebbe proprio evitare. Meglio concentrarsi sulla ricompensa, piuttosto. **Secondo la legge (artt. 927-931 Codice Civile), chiunque trovi una cosa "mobile" (dal denaro a un ombrello) è tenuto a restituirla al proprietario.** Se non sa chi sia, deve consegnarla al sindaco (o a un suo rappresentante) del luogo in cui l'ha trovata, descrivendo le circostanze del ritrovamento. Il sindaco pubblica un avviso nell'albo pretorio del comune, in due domeniche successive e per tre giorni ogni volta; trascorso un anno senza che si presenti il proprietario, l'oggetto appartiene a chi l'ha trovato. **Se però è reclamato dal suo proprietario, quest'ultimo ha l'obbligo – non solo morale – di pagare a chi l'ha ritrovato** (però solo se quest'ultimo ne fa richiesta) **una somma pari a un decimo** (o un ventesimo, per valori superiori a 5,17 €) d**ella somma o del prezzo dell'oggetto in questione. Se esso non ha valore commerciale, il premio è fissato dal giudice.** Fare i furbi e scappare con la valigetta può... costare caro. Secondo l'articolo 647 del Codice Penale, chi si appropria indebitamente di denaro o cose smarrite da altri, è punibile – su querela del danneggiato – con la reclusione fino a un anno o con la multa da 30 a 300 euro. Se poi si conosceva il proprietario, la pena è raddoppiata: reclusione fino a due anni.

L'ALLUMINIO DANNEGGIA I CIBI?

Le vaschette e i fogli di alluminio sono adatti per conservare cibi dolci, ma non vanno bene per quelli salati e acidi**. Infatti, acidità ed eccesso di sale favoriscono il passaggio del metallo nell'alimento, e diversi studi in passato hanno dimostrato che l'alluminio è tossico per il sistema nervoso centrale.** La stessa cautela va usata per le caffettiere in alluminio: il caffè infatti ha un ph leggermente acido e andrebbe quindi servito subito, oppure spostato in contenitori più idonei. **Per lo stesso motivo, i cibi andrebbero tolti dalle pentole di alluminio subito dopo la cottura, e conservati in altri recipienti.** Il problema non si presenta invece se le pentole sono rivestite di teflon, perché in questo caso il cibo non entra in contatto diretto con il metallo.

LINEAMOTO

CONCESSIONARIO UFFICIALE

GREEN SPARK
MOBILITÀ SOSTENIBILE

4 anni di Garanzia
1 anno di Furto
1 anno Europ Assistance

In Sede
Assistenza
Ricambi - Garanzia

Linea Moto s.a.s.
Corso Italia, 194 - Piano di Sorrento (Na)
Tel. 081 532 2267 - Fax 081 808 7956

DISTRIBUTORI AUTOMATICI STRANI DA TUTTO IL MONDO

I distributori automatici dalle nostre parti di solito riguardano merendine, bibite, sigarette, profilattici e poco altro. Ogni tanto qualcuno si avventura in settori merceologici un po' differenti ma di solito queste divagazioni non hanno mai grande successo.
All'estero e soprattutto in Asia la situazione è ben diversa. C'è un vero e proprio mondo legato ai distributori automatici. Alcuni sono veramente strani. **C'è il distributore automatico di esche per la pesca, in pratica vermi, c'è il distributore automatico dei crostacei o quello degli ombrelli. Date un occhio alle fotografie per scoprirne alcuni.**

Distributore di cravatte

NEWS DA

LA TESTATA DI ZIDANE A MATERAZZI DIVENTA UN MONUMENTO A PARIGI

Vi ricordate la testata che Zidane ha dato al difensore azzurro Marco Materazzi e che, con tutta probabilità, ci ha aperto le porte della vittoria ai Mondiali di Germania 2006? Dopo sei anni, infatti, l'artista franco- algerino Adel Abdessemed ha deciso di realizzare un monumento che ci riporta alla mente quella bella serata a Berlino. **Una statua alta cinque metri per ricordare il coup de tete più famoso del mondo.** Il monumento dedicato alla testata di Zidane a Marco Materazzi rimarrà in esposizione fino al prossimo 7 gennaio 2013 nello spiazzo che **si trova proprio di fronte al Centre Pompidou**, uno dei simboli più famosi della città di Parigi. Un modo per ricordare quello che è stato, forse per non ripetersi in futuro. Per esorcizzare quel triste momento della loro storia, ecco che i francesi hanno pensato di realizzare questo monumento temporaneo, che rimarrà visibile per qualche mese, in una delle zone più frequentate della città di Parigi. Sia dai parigini stessi sia dai turisti che provengono da ogni parte del mondo.

UN BANCO DI PESCI ARRIVA SULLA SPIAGGIA DI ACAPULCO

Le spiagge di Acapulco di solito sono scenario per spettacoli ben diversi, ma qualche giorno fa i turisti e gli abitanti del luogo si sono strabuzzati gli occhi all'arrivo di un enorme branco di pesci di varie specie. Il branco in questione si è fermato a pochissimi metri dalla riva ed ha fatto la gioia di curiosi, fotografi e pescatori. **In tanti, infatti, si sono tuffati in acqua per raccogliere pesce a piene mani con un semplice retino.** Il branco era fittissimo e per questo non è stata necessaria nessuna bravura per raccogliere anche grosse quantità di pesce. In molti hanno trovato una connessione tra lo tsunami che ha colpito il Giappone l'anno scorso e questa "deviazione" imprevista del branco. Al momento non ci sono conferme ufficiali in tal senso. **Il branco era formato da pesci di piccola e media taglia come le sardine.**

Distributore di crostacei

Distributore di scarpe

Distributore di esche

Distributore di pizza

AL MONDO

COSTUMI COSTRUITI CON I PALLONCINI

Jeff Wright ha un'abilità fuori dal comune, quella di riuscire a costruire qualsiasi cosa utilizzando dei palloncini gonfiabili.
Non pensate ai soliti animaletti che vediamo fare agli artisti per strada.
Jeff è capace di creare dei costumi molto articolati, degli oggetti enormi e anche dei pupazzi molto più piccoli. Un lavoro che ha portato Jeff a stretto contato con tanti bambini, e la cosa gli ha cambiato la vita.
Jeff ha scelto di passare, insieme alla moglie, un anno in un orfanatrofio in Bolivia per aiutare e supportare la direzione dell'orfanatrofio. I fondi per questo viaggi incredibile sono stati trovati grazie alla generosità di tante persone, ma anche grazie alla bravura di Jeff che è riuscito a piazzare alcune sue creazioni.

SCARPE STRANE DA UOMO: QUESTE HANNO I DENTI

Che la moda sia la patria delle stranezze è una cosa risaputa e che abbiamo detto più e più volte. Questa volta la strada della provocazione è stata intrapresa da Mariana Fantich e Dominic Young che hanno creato un paio di scarpe molto particolari. **La diversità di queste calzatura sta tutta nella suola che non è nè di cuoio nè di gomma o di altri materiali usuali. La suola di queste scarpe è fatta di denti.**
E' da notare la particolarità di alcuni denti d'oro che sono stati aggiunti nella parte anteriore delle scarpe, le scarpe hanno richiesto 1050 denti. I due artisti non contenti del risultato ottenuto con le scarpe, una creazione che comunque risale a quasi due anni fa, hanno deciso di aggiungerci un bel vestito in tema. Di cosa è fatto il vestito? Di capelli umani, denti e occhi di vetro. Adattissimo.

www.ilmodulosorrento.it

il modulo arredamenti

SORRENTO
Via degli Aranci, 33/d
Tel. 081.878.5697
info@ilmodulosorrento.it

OGGI
DIAMO SPAZIO
ANCHE AL RISPARMIO
E AI GRANDI NOMI DEL DESIGN ABBIAMO AFFIANCATO
UNA SCELTA DI PRODOTTI CHE SONO BELLI
HANNO LA PREROGATIVA DI ESSERE CONVENIENTI
E INCLUDERE I SERVIZI PER CUI SIAMO APPREZZATI
PROGETTAZIONE
DISPONIBILITÀ
ASSISTENZA
il modulo

RONCOPATIA: CAUSE E RIMEDI

La maggior parte delle persone non considera il russare come una patologia da prevenire o curare ma solo un difetto da sopportare entro le mura domestiche.
Invece è più frequente rivolgersi al medico per una sonnolenza diurna, cefalee persistenti, scarsa concentrazione, deambulazione difficoltosa, ed anche aritmie ed ipertensione: questi disturbi possono essere le conseguenze del russare anche se, sovente, chi ne soffre non collega questi sintomi con la roncopatia.

PERCHE' SI RUSSA?

Questo rumore viene prodotto durante il sonno dalla vibrazione di organi e strutture attraversati dall'aria nella respirazione: il palato molle e l'ugola, la parete posteriore della gola, le tonsille, la lingua, l'epiglottide.
Quando si respira, l'aria deve entrare dal naso mentre la bocca è solo una via di emergenza per il passaggio dell'aria. Attraverso il naso l'aria viene riscaldata, filtrata e umidificata, cioè viene resa adatta ad accedere ai bronchi e ai polmoni.
Quando l'aria non riesce a passare liberamente attraverso il naso si ha una irregolarità di flusso e quindi turbolenze che provocano una vibrazione del palato molle e dell'ugola producendo il conseguente russamento.
Gli impedimenti al libero passaggio dell'aria possono essere di tipo anatomico o di tipo patologico: il naso può essere ostruito da una deviazione del setto nasale, o per la presenza di polipi, o per un aumento del volume dei turbinati, gli ossicini delle fosse nasali rivestiti da una mucosa che può aumentare il proprio volume per una rinite vasomotoria o allergica.
Altri restringimenti anatomici possono essere conseguenza di ipertrofia dei tessuti, come avviene per esempio nelle persone obese e nei fumatori.

PER NON RUSSARE

Umidificare la stanza da letto con apparecchi idonei; l'aria troppo secca può provocare ostruzione respiratoria nasale, costringendo ad una respirazione attraverso la bocca. Abbassare il grado di temperatura riduce inoltre i rischi di congestione delle narici e aiuta a respirare meglio.
Liberare il naso prima di andare a dormire. I decongestionanti nasali, se impiegati per un periodo limitato, possono essere ultili nelle persone che russano eliminando la congestione delle vie aeree a seguito di raffreddamento o di allergie. I cerotti nasali, grazie a due barrette semirigide, bloccano le cartilagini del naso , mantenendo dilatate le narici e facilitando il flusso di aria attraverso il naso.
Perdere i chili in eccesso: adottare una dieta corretta e svolgere in'attività fisica adeguata in quanto l'adipe accumulato attorno alle prime vie respiratorie crea un'ostruzione al flusso d'aria e aumenta la probalità di russare.
Smettere di fumare: il fumo causa ipertrofia dei tessuti.
Consumare una cena leggera: pasti molto abbondanti o cibi difficili da digerire ostacolano sia il sonno che la respirazione. Invece un bicchiere d'acqua prima di dormire aiuta a mentenere un buon grado di idratazione delle mucose.
Dormire su un fianco o con la testa sollevata perchè domendo supini i tessuti del palato molle si rilassano e vibrano al passaggio dell'aria iniziano a vibrare.
Dormire non meno di 5 ore. anche se l'ideale sono 7-7,30 ore per notte. Inltre cercare di andare a dormire ed alzarsi al mattino alla stessa ora, anche durante il week-end.

Dott.ssa Maria Buononato
Scrivi a maria_buononato@virgilio.it

DOMANDA

Ho letto che non è reato attraversare il casello telepass dell'autostrada senza pagare se si ci accoda all'auto che ci precede. E' possibile?

Avv. Patrizia Cappiello
Lo Studio è sito in Piano di Sorrento (NA)
Corso Italia, 196 Sc. B (Parco degli Ulivi)
p.cappiello@libero.it - Cell. 3391970892

No, non è possibile. Si tratta di una interpretazione sbagliata che è scaturita da una recente sentenza di una Corte di Appello, che ha accolto il ricorso di un automobilista che aveva transitato per ben 24 volte al seguito delle auto che lo precedevano usufruendo della sbarra ancora alzata.
L'amministratore delegato di Telepass ha già annunciato che proporrà appello contro la sentenza e, stando alle pronuncie della Corte di Cassazione ed al suo consolidato orientamento, difficilmente l'automobilista si salverà dalla condanna. **Infatti "scroccare" il pedaggio autostradale accodandosi alle macchine munite di Telepass nella corsia riservata può costare una condanna penale per truffa.**
Sono recenti le sentenze della Corte di Cassazione che ha condannato due individui, che avevano l'abitudine di passare nella corsia riservata ai possessori di Telepass accostandosi alle vetture che li precedevano ed attraversavano il varco prima che la sbarra si richiudesse, per il reato di truffa continuata. In un caso c'è stata una condanna a 7 mesi di carcere e 400 euro di multa e nell'altro giudizio addirittura a 8 mesi di reclusione.
Naturalmente è necessario che il colpevole sia chiaramente identificato, non essendo sufficiente, per venire accusati di un reato, essere proprietario del veicolo a bordo del quale è stata commessa la violazione.

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

DOMANDA

E' vero che le verdure trattate non apportano sufficienti quantità di vitamine?

E' doveroso precisare, innanzitutto, che le vitamine di frutta e verdura sono principalmente le idrosolubili, ovvero, la vitamina C e le vitamine del gruppo B. L'altro gruppo di vitamine sono le liposolubili (vitamine A,D,E,K) che si trovano principalmente negli oli e negli alimenti di origine animale, tranne alcune eccezioni per la A e la K.

Il contenuto vitaminico può variare considerevolmente in relazione a diversi fattori: la composizione del terreno di coltura, il grado di maturazione degli alimenti al momento della raccolta, il tempo che intercorre dal momento in cui l'ortaggio è raccolto fino all'arrivo sulla tavola del consumatore, i metodi di conservazione degli alimenti, la preparazione (taglio, lavaggio, cottura).

Una minore o maggiore attenzione su ognuno di questi passaggi, determina una minore o maggiore qualità nutrizionale del prodotto finito. Oggi infatti, si sta sempre più affermando il concetto di qualità totale di un prodotto, ovvero un alimento finito che soddisfi oltre ai requisiti igienico-sanitari anche la ricchezza in nutrienti e le proprietà organolettiche (sapore, odore, aspetto estetico, consistenza).

Il trattamento che più altera il contenuto in vitamine di frutta e verdura è la cottura.

In tabella sono riportate le percentuali di perdita di vitamine con la cottura (gli intervalli minimi e massimi dipendono da modalità e tempo di cottura, intensità del calore e altri fattori).

Detto questo, per ottenere un apporto vitaminico adeguato si può agire solo in 2 modi: consumare generose quantità di frutta e verdura e acquistare prodotti cha abbiano subìto la minor perdita possibile di nutrienti. Per ottenere tale obiettivo si può iniziare nello scegliere vegetali raccolti al giusto stato di maturazione e da breve tempo. **Il consumatore può orientarsi verso i cosiddetti prodotti a Km zero, ovvero acquistati direttamente dal produttore o presso i mercatini locali.** Ciò spesso si traduce anche in un risparmio economico, cosa molto gradita di questi tempi!

Vitamina	Perdita con la cottura (%)
B1	20-50
B2	0-50
B3	0-75
B5	0-50
B6	40
B8	0-60
B9	0-100
B12	10
C	20-100
A	10-40
D	40
E	0-50
K	0-5

TORTINO PATATE, MORTADELLA E PARMIGIANO

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

- 100 g di mortadella affettata
- 1 rametto di rosmarino
- 60 g di Parmigiano Reggiano grattugiato
- 100 ml di latte fresco intero
- 1 cucchiaino di farina
- sale fino
- pepe
- noce moscata
- 350 g di patate a pasta gialla
- 20 g di burro

PREPARAZIONE

Preriscaldare il forno a 200°. Pulire le fette di mortadella eliminando il filo esterno ed il pepe. Lavare il rametto di rosmarino, togliere le foglie, lavarle, tamponarle con carta da cucina e tritarle finemente con una mezzaluna su un tagliere. In un pentolino, mettere 50 g di Parmigiano e versare il latte poco alla volta, mescolando con una frusta, in modo da ottenere un composto omogeneo. Mettere il pentolino sul fuoco a fiamma bassa. Unire quindi un cucchiaino raso di farina, un pizzico di sale, una grattugiata di pepe e noce moscata, un cucchiaino di rosmarino tritato. Lasciar sobbollire per qualche istante, quindi spegnere il fuoco. Lavare le patate, sbucciarle e tagliarle a fettine molto sottili. Foderare uno stampo tondo di 20-22 cm di diametro con carta da forno ben imburrata. Distribuire sul fondo uno strato di patate, condirlo con un terzo della salsa al Parmigiano, cospargerlo con metà della mortadella ben stesa. Coprire con un altro strato di patate, salsa al Parmigiano, ed un nuovo strato di mortadella. Terminare con le patate rimaste ed il restante composto di latte. Unire il Parmigiano rimasto e qualche fiocchetto di burro. Coprire la pirofila con carta stagnola. Cuocere nel forno preriscaldato per 40 minuti, quindi rimuovere la stagnola e cuocere per altri 20 minuti. Prolungare di qualche minuto la cottura se la superficie non risulta ben dorata. Lasciare leggermente intiepidire, metterlo su un piatto da portata e servire.

RISTORANTE

I giardini di Tasso

Menu per stagione invernale

€ 25,00

Antipasto misto della casa

Paccheri salsiccia e provola affumicata
o
Scialatielli ai frutti di mare

Misto carne alla brace
o
Frittura di gamberi e calamari
con contorno

Dolce del giorno

Via S. Maria della Pietà, 30 | Sorrento (Na)
Tel. 081 807 41 45 | 331 94 88 000
info@igiardiniditasso.it | www.igiardiniditasso.it

PREZZI PER CERIMONIE A PARTIRE DA € 25,00

Veglione di Capodanno

Menù completo con musica dal vivo

€ 100,00

IX MEMORIAL "GIOVANNNI SERBANDINI"
IL RICORDO DI CHI VIVE

di Fabrizio Fiorentino

Domenica 4 Novembre alle ore 19:00 ha preso il via la IX edizione del "Memorial Giovanni Serbandini" presso il Teatro Sant'Antonino – Cattedrale di Sorrento, infatti, si è svolta l'inaugurazione ufficiale del suddetto MEMORIAL

Una manifestazione che si è susseguita nel corso degli anni ed ha trovato grande consenso tra gli abitanti e soprattutto i giovani di Sorrento che si sono sentiti sempre più coinvolti dal profondo senso di amicizia con cui nasce e cresce questo memorial.

Un grazie particolare va a tutti coloro che sostengono e contribuiscono all'organizzazione di tale manifestazione, basti ricordare il **Comune di Sorrento**, l'**ACSI di Salerno**, la **Croce Bianca**, la **Croce Rossa Italiana** e tutti coloro che rendono possibile ogni anno la realizzazione di una promessa.

La promessa fatta ad un' amico di non dimenticarlo e di ricordarlo e farlo ricordare attraverso lo sport che più amava: il calcio.

Un pallone che ha unito cielo e terra, realtà e sogno ed ha permesso di avvicinarsi ad altri ragazzi e famiglie che hanno subito lo stesso dolore, come la **famiglia Persico** che ricorda l'amico **Giovanni** e la famiglia **d'ESPOSITO** che ricorda

Antonino...per tutti GNOCCHETTO.

Un dolore che per quanto possa far male dà anche la forza di lottare e dare la speranza ad altre persone di continuare a vivere; non a caso l'Associazione " Giovanni Serbandini" forza creatrice del memorial, attraverso il TORNEO ogni anno devolve in beneficenza alla Croce Rossa Italiana materiale sanitario e di primo soccorso atto a prevenire e salvare vite umane. Ne sono alcuni esempi: le biciclette con kit da primo soccorso che permettono allo staff medico di intervenire in maniera più tempestiva in casi di emergenza nelle zone a traffico limitato, steccobende, barrelle, fino a materiale da medicazione utili per il pronto intervento.

Una manifestazione, pertanto, che ha dato vita ad un abbraccio sempre più grande e numeroso intorno a delle famiglie che hanno avuto il coraggio e la forza di condividere il proprio dolore e che di anno in anno cerca di contribuire, seppur limitatamente, al miglioramento delle forze sanitarie in penisola.

Invitiamo, dunque, tutti i lettori del LeggimiGratis a partecipare numerosi alla IX edizione del Memorial "Giovanni Serbandini" perché anche la sola presenza riuscite a dimostrarci il vostro sostegno.

Così gli organizzatori, **Fabrizio Fiorentino, Giuseppe D'esposito, Mariano Cappiello, Antonino Marciano** commentano: "Il nostro scopo è creare qualcosa di positivo nel nome di GIOVANNI SERBANDINI, qualcosa che rispecchiasse la persona e l'amico quale era: ragazzo pulito, sincero, onesto e sempre presente. Ecco perché abbiamo voluto fortemente creare un memorial nel suo nome attraverso il quale si passano messaggi di

aggregazione di amicizia e di aiuto, e ci rallegra constatare che ogni anno è sempre più numerosa la richiesta di iscrizioni al Torneo, solo per rendere omaggio ad un amico, contribuire alla donazione di beneficenza a nome suo, e vivere un mese di amicizia tutti uniti sotto il suo nome.
Tutto questo e' stato reso possibile anche grazie all'importantissimo appoggio ed all'immancabile sostegno del **Comune di Sorrento**, del **Sindaco** e dell'immancabile presenza dell'**assessore allo sport Mario Gargiulo**, l'assessore amico di tutti, al quale rivolgiamo un grazie infinito, perché si è sempre prodigato tra i giovani affinché manifestazioni come queste siano e rimangano il fiore all'occhiello della Città di Sorrento.
Rivolgiamo un grazie di cuore anche agli amici imprenditori che immancabilmente ogni anno presenziano e seguono alla grande il MEMORIAL con grande senso di amicizia e sensibilità e ai quali va un complimento per il loro operato, ricordiamo: **Incontro Garden Bar** di Luigi e Catello Verde, **Blue Island Bar** di Mariano Minieri, **Pizzeria Ahum** dell'amico Antonino Esposito, **Gioielleria 18 Karati** di Giuseppe Pagano, **Pasticceria Don Peppe** del caro Vittorio Esposito, **Bowling** di Ferdinando Felicissimo, **Antares** di Diego e Alfredo Criscuolo, **Holyday** di Davide Insigne e **Mi Ami Pub** dell'amico Marco" e l'onnipresente amico fioraio **Giuseppe Terrecuso**.
Complimenti quindi a questi ragazzi e a tutte le squadre un grande "in bocca al lupo" per il torneo, ricordando a tutti i giocatori che nel nome dell'amico GIOVANNI, partecipando siamo già TUTTI VINCITORI !!!!!!!

Memorial Giovanni Serbandini

6 Novembre
2 Dicembre

ACQUA&

PIAZZA DELLA REPUBBLICA -

€ 3.48 -50%

€ 6.96

20 PRODOTTO P&G

€ 1.74 al pezzo

ORAL-B COLLUTORIO DENTIGENGIVE 2x500 ml - € 3.48/lt

€ 2.97 -50%

€ 5.94

20 PRODOTTO P&G

€ 0.99 al pezzo

AZ DENTIFRICIO GEL PROTEZIONE CARIE/PASTA PROTEZIONE FAMIGLIA/TARTAR CONTROL + WHITENING
2 x 75 ml - € 12.24/lt

€ 4.96 -50%

€ 9.92

20 PRODOTTO P&G

€ 1.24 al pezzo

AZ DENTIFRICIO COMPLETE
/ 3D WHITE COOL
/ 3D ULTRA WHITE
4 x 75 ml - € 16.53/lt

-50% € 7.90 € 3.95
RIMMEL STAY MATT CIPRIA ASSORTITA - 14 gr

-50% € 8.50 € 4.25
RIMMEL EXTRA SUPER LIAR MASCARA - 8 ml

-50% € 19.90 € 9.95
L'ORÉAL ACCORD PERFECT
FONDOTINTA FLUIDO ASSORTITO - 30 ml

SAPONE®

Sfoglia il volantino su
www.acquaesapone.it

SEGUICI ANCHE SU: FACEBOOK

PIANO DI SORRENTO - DOMENICA APERTO DALLE 9.30 - 13.00

€ 3.49 -29%

€4.99

INFASIL
DEODORANTE STICK
EXTRA DELICATO
2 x 50 ml € 5,49/lt

€ 4.49 -24%

€5.99

INFASIL
DEODORANTE SPRAY
EXTRA DELICATO
2 x 150 ml € 14,97/lt

€ 4.99 -27%

€6.99

INFASIL
DEODORANTE NO GAS
EXTRA DELICATO
2 x 150 ml €33,64/lt

€ 2.95 -50%

€ 5.90

LYCIA ANTI ODORANTE VAPO ASSORTITO - 75 ml. € 39,33/lt

DAL 20 NOVEMBRE
SCOPRI IL CATALOGO IDEE REGALO

ACQUA&SAPONE

Fate Posto Sotto L'albero

NONNI, UN LEGAME CHE VA OLTRE IL TEMPO

Un nonno su 4 risiede entro un chilometro di distanza dai nipoti e riescono a vivere il quotidiano dei loro nipoti e a costruire una relazione molto intensa: la quotidianità senza la responsabilità genitoriale. Nella maggior parte dei casi, un legame privilegiato. Una relazione unica e speciale dove i primi possono trasmettere alle generazioni successive quel senso di prezioso affetto che aiuta a crescere e a confrontarsi con la vita e i secondi potranno attingere nel tempo alla ricchezza di sentimenti, testimonianze e storie condivise. L'intensità del legame che unisce nonni e nipoti nasce da una grande complicità ed intesa e l'investimento affettivo che ne deriva talvolta supera quello esistente tra genitori e figli.

Si può ipotizzare come alla nascita di un nipote i nonni vivono una sorta di doppia felicità: la prima per l'arrivo di un neonato e la seconda per la gioia provata dai propri figli.

I nonni sono molto coinvolti dalla nascita dei nipoti: in quel momento rievocano tutti i vissuti mentali ed esperienziali provati quando per la prima volta misero alla luce una nuova vita. Avere a disposizione i figli dei figli rappresenta l'occasione per poter adempiere nuovamente al ruolo di genitore con la possibilità di non ripetere gli stessi sbagli, grazie a una maggiore esperienza e saggezza. Da parte loro esiste quella chiara consapevolezza che li rende più attenti a non commettere errori nella relazione con i propri nipoti.

Dal punto di vista dei nipoti la relazione con i nonni è altrettanto significativa: i nonni sono e saranno sempre i punti di riferimento nella loro storia di vita. Come evidenzia Smorti (1997) "Dopo essersi configurati come punti di riferimento, nella duplice veste di tolleranza e accettazione, indispensabili alla crescita, sia nell'attività educativa che ludica, è importante che i nonni possano diventare per i propri nipoti quel nitido specchio in cui ritrovare l'immagine della propria storia, come una parte integrante di sé ".

In modo particolare questo legame assume una grande rilevanza per tutti quei nipoti cresciuti dai nonni in una condizione di assenza di uno o entrambi i genitori (lutti, separazioni, abbandoni). Il beneficio maggiore di questo rapporto risiede nella 'solidità affettiva' che i nonni hanno offerto loro nel tempo: l'affetto e la vicinanza ricevuti possono compensare e riscattare sofferenze e lutti subiti.

Ed è proprio perché ci troviamo di fronte a un legame speciale che nipoti ormai adulti, a distanza di anni dalla morte dei loro nonni, li conservano in "luoghi" distinti della loro memoria. Il ricordo dei nonni rappresenta un vero e importante bagaglio culturale, morale e affettivo da conservare e trasmettere a quelli che verranno. Ricordare è l'unico modo per non perdere mai del tutto chi abbiamo amato. La forza del ricordo è un prezioso tesoro cui possiamo aggrapparci quando ciò a cui teniamo di più non è con noi. E' a questi ricordi che molti nipoti che hanno intensamente amato i loro nonni attingono e devono attingere. E' giusto che sia così. Perché i nonni possono e devono essere una guida significativa per la nostra vita, anche nella loro assenza. I ricordi del passato trascorso con i nostri nonni possono diventare un terreno fertile da cui trarre forza vitale e attingere nei momenti più difficili della vita.

L'INTENSITA' DEL LEGAME CHE UNISCE NONNI E NIPOTI NASCE DA UNA GRANDE COMPLICITA' ED INTESA CHE TALVOLTA SUPERA QUELLO ESISTENTE TRA GENITORI E FIGLI.

ARIZONA PARK
CLUB

FESTE PRIVATE - COMPLEANNI - CENE DI GRUPPO - GRIGLIATE

Organizza la tua festa in esclusiva e stupirai tutti con la grande **sala far-west**, **spazio esterno** con playground coperto, **animazione** e cavallino per i più piccoli.

DAL 16 NOVEMBRE

TOMBOLATA PER TUTTE LE ETÀ
con consumazione

Segui le date dei nostri eventi su facebook

Per visitare il parco e giocare
siamo aperti dalle 16,00 alle 19,00

Via S.Lucia, 29 | Sorrento (Na) - Tel. 081.8770650
Cell. 360.739643 - 338.2270188 | e-mail: euvan@libero.it

DIABLURA

Gioielli in Argento,
Corallo e... Diavolerie
Gioielli Artigianali in Cristallo Svarovski,
Corallo, Turchese, Perle, Antica Murrina, Madreperla, Argento ecc.
Diablura realizza per te lavori artigianali su misura,
riparazioni e tessiture di pietrevarie

SPECIALE NOVEMBRE

Acquistando 3 articoli a scelta, il meno caro ti costerà
SOLTANTO 1 EURO!!!

ESEMPIO:

BRACCIALE € 30,00	BRACCIALE € 30,00
COLLANA € 32,00	COLIANA € 32,00
BRACCIALE € 28,00	BRACCIALE € 1,00
TOTALE € 90,00	TOTALE € 63,00

offerta valida su tutta la merce esposta dal 2 al 30 novembre

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

Cercami su facebook
DIABLURA DI MAGLIONE SALVATORE

In ogni storia d'amore esiste una tappa angosciante e, a volte, decisiva: il momento in cui i partner conoscono le rispettive famiglie. Presentare la/il tua/o partner ai tuoi, o conoscere i genitori della tua dolce metà, spesso è molto stressante. Segui alcuni consigli per far loro una bella impressione ed evitare i conflitti.

TI PRESENTO I MIEI

COME PRESENTARLA/O ALLA TUA FAMIGLIA

Se per alcuni si tratta di una semplice formalità, per altri invece questo momento rappresenta quasi una prova. Dipende dai tuoi genitori. Per facilitare al massimo l'attesissimo incontro:

PREPARA LE DUE PARTI

Parla alla tua/o partner dei tuoi genitori, del loro modo di vivere, dei loro argomenti di discussione, in modo da demistificare l'immagine che lei/lui ha di loro, facendogli capire che, infondo, non c'è da aver paura. Nello stesso modo, parla ai tuoi della tua/o amato, delle sue passioni, del suo lavoro, dei suoi genitori, delle vostre vacanze. I tuoi genitori vogliono che tu sia felice, e se ti vedono parlare con passione del tuo/a partner, saranno sicuramente contenti.

RIASSICURA LA/IL TUA/O AMATA/O

Ricorda che, anche se il parere dei tuoi genitori conta, non è decisivo e non metterà mai in discussione il tuo amore e la tua relazione. E, dopotutto, anche tu dovrai affrontare la stessa prova!

SCEGLI IL POSTO GIUSTO

L'incontro di solito avviene a casa dei tuoi: in questo modo i tuoi genitori potranno animare la serata mostrando le tue fotografie d'infanzia, alla festa in maschera della scuola... questi gesti metteranno a suo agio il tuo compagno. Se, invece, vi sentite tutti troppo a disagio e preferite un terreno neutro, l'ideale è incontrarsi in un ristorante.

COME PRESENTARSI ALLA SUA FAMIGLIA

Incontrare la famiglia del tuo partner è una prova importante. T'innervosisce anche solo il pensiero di poter essere giudicato/a da queste persone così importanti per lei/lui. Per fare il possibile perché il loro giudizio sia positivo:

NON PREPARARTI TROPPO

A forza di pensarci e prepararti, questo incontro diventerà una vera fissazione! Prova semplicemente a sapere più elementi sulla sua famiglia, chiedi delle informazioni alla tua/o partner, in modo da anticipare le loro reazioni, ma senza esagerare: non deve diventare un'ossessione per te!

EVITA DI STRAFARE

Resta te stesso/a, cercando di dare il meglio di te. E' inutile essere troppo elegante, o proporre il tuo aiuto in ogni occasione ogni due secondi. Non provare nemmeno a farti apprezzare a tutti i costi: se senti che non si è creato un buon feeling, non insistere, basta che tu sia educato/a.

NON RILASSARTI TROPPO

L'incontro è andato a meraviglia. Non dimenticare, però, che non si tratta di nuovi amici, ma della famiglia della tua/o ragazza/o! Non è il momento di esagerare con il vino o fare battute spropositate. Stai composto/a a tavola, non lasciare niente nel piatto (anche se non gradisci quello che si mangia) sii gentile, e aiuta a sparecchiare. Evita le confidenze, soprattutto se vuoi evitare che in futuro diventano invadenti.

TONY COPPOLA

PARRUCCHIERI

Via degli Aranci, 55 - Sorrento - Cell. 366.3149600

A NATALE REGALA

Ricostruzione al Midollo di Bamboo
la linea duratura per capelli danneggiati

Domenica e Lunedì solo su Appuntamento
Dal Martedì al Sabato: 08.00 - 20.00

PRIMA PARTE

AUTOMASSAGGI
IL BENESSERE A PORTATA DI MANO

L'abc dell'automassaggio

I massaggi vanno sempre più di moda. E si capisce, visto i grandi benefici che procurano a spirito e corpo: rilassamento, stimolazione, sollievo... L'unico problema: il prezzo. E se per ogni mal di schiena o gambe pesanti andassimo a farci fare un massaggio, saremmo sempre sul lettino!

La soluzione: massaggiarsi da sole, seguendo tecniche precise. Se sai come farlo, l'automassaggio è uno strumento fantastico che ti permette di dare sollievo ai vari doloretti e malanni che ti affliggono nella vita di tutti i giorni! Dopo una fase d'iniziazione, scopri come curare i disturbi di tutti i giorni e i problemi dovuti al lavoro che fai.

I sistemi corporei

Un massaggio è una manipolazione dei tessuti morbidi del corpo (pelle, grasso, muscoli) e dei tessuti connettivi che sorreggono gli organi e le strutture sottostanti. Agisce su 3 sistemi del corpo umano:

La circolazione sanguigna. Partendo dal cuore, vera e propria "pompa" di sangue, questo circuito a forma di 8 nutre ciascuna delle cellule dell'organismo, e smaltisce allo stesso tempo i rifiuti tossici.

I muscoli, le ossa e le articolazioni, insomma, la struttura di base del corpo. La giuntura delle ossa mobili forma le articolazioni (ginocchia, gomiti, polsi...).

Il sistema linfatico. Questo reticolo di vasi pieni di liquido (linfa), di ghiandole e di organi specifici (tonsille...) permette all'organismo di pulirsi, di depurare i propri tessuti e di difendersi dalle malattie.

Le tecniche di base

Un massaggio, non si inventa. Un buon massaggio dipende da movimenti precisi: lo sfioramento, leggero e delicato, la pressione, con le mani che scivolano sul corpo o si fermano in un punto, l'impastamento, in profondità, la percussione, energica e stimolante, la frizione, che riscalda... A seconda della zona toccata, questi gesti possono essere fatti con le mani, i palmi, le dita, i polpastrelli. Le tecniche di automassaggio prendono spunto principalmente dalle "medicine" dolci tradizionali, come la riflessologia, l'agopuntura, lo shiatsu...

Il materiale

Per facilitare il massaggio o raggiungere alcune parti del corpo altrimenti inaccessibili, puo' convenire armarsi di alcuni accessori. Rulli per i piedi, massaggiatori corporei, palline antistress, biglie manuali cinesi...tutti questi oggetti si trovano in negozi specializzati. Facilitando lo scorrimento delle mani sul corpo, gli oli completano il kit per il massaggio. Gli oli base (mandorla dolce, enotera, jojoba...) servono a diluire gli oli essenziali puri (rosmarino, lavanda, eucalipto...), che invece procurano un benessere supplementare al massaggio (rilassamento, stimolazione, ecc.)

Prudenza, se hai la pelle sensibile: fai una prova prima di passare al massaggio vero e proprio.

Combattere lo stress quotidiano

Isolati per qualche minuto in un posto tranquillo. Respira profondamente di pancia prima di cominciare.

Siediti o sdraiati comodamente. Togli tutto quello che puo' stringere o dare fastidio: cintura, gioielli, orologio...

Evita i pasti pesanti prima e dopo il massaggi. In compenso, bevi molta acqua e tisane disintossicanti per facilitare l'eliminazione delle tossine.

In caso di dolori o vertigini improvvise, smetti immediatamente. Il massaggio non deve mai essere sgradevole e il suo obiettivo è di favorire il benessere. In compenso, non ti lasciare scoraggiare da alcuni effetti secondari "normali", quali leggeri mal di testa o una sudorazione eccessiva.

Attenzione, il massaggio non si fa a caso! Alcune precauzioni particolari vanno prese in alcuni casi: ferite, o operazioni recenti, malattie della pelle contagiose, varici, emicranie, artrosi, osteoporisi, ghiandole gonfie... Chiedi consiglio a un professionista.

Nel prossimo numero alcune tecniche di massaggio per alleviare alcuni dei disturbi più comuni

Olos
ESTETICA

A Natale
regala il benessere

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

UNGHIE PERFETTE IN POCHI STEP

Le mani sono una delle armi di seduzione più importanti per una donna: affusolate, morbide e curate anche nel più piccolo del dettaglio grazie alle proprie unghie. Tra mestieri di casa o lavori al pc, le unghie soffrono molto ed è difficile tenerle sempre perfette e ordinate. Tra unghie fragili, gialle, rosicchiate per il nervosismo o che si sfaldano perché troppo sottili, le nostre mani vengono spesso nascoste. Scoprite con noi come curare e prevenire i problemi più comuni delle unghie per poter così sfoggiare delle mani seducenti e ben curate.

Unghie fragili

Le unghie fragili e deboli spesso sono la conseguenza di carenze nell'alimentazione, allergie, problemi ormonali, o più semplicemente di un utilizzo costante di smalto e acetone che indeboliscono le stesse.

Oltre all'alimentazione, che deve essere ricca di cereali, latticini, legumi, uova, pesce, germe di grano e riso integrale, puoi seguire questi piccoli consigli per rafforzare le tue unghie:

Quando lavi i piatti o pulisci casa usa sempre un paio di guanti per proteggere le unghie dai solventi o dai prodotti troppo aggressivi. Evita di tagliarle con le forbici perchè le indebolisce e prediligi sempre la lima. Utilizza uno smalto a base di calcio che le rafforza. Non tenerle troppo lunghe.

Evita i solventi a base di acetone che tendno a rendere le unghie più deboli.

Unghie gialle

Avere le unghie gialle è uno degli inconvenienti più comuni per noi donne. Le più furbe le ricoprono con dello smalto scuro, ma chi invece predilige un look naturale (al massimo uno smalto trasparente), avere le unghie gialle è proprio una seccatura anti-estetca. Solitamente questo è problema per chi utilizza smalti troppo aggressivi, per chi fuma, in quanto la nicotina si deposita sulle unghie, o ancora per chi ha dei problemi di salute, come psoriasi, onicomicosi o problemi al fegato.

Se non si rientra nelle ultime due possibilità, il problema "unghie gialle" si risolve in pochi step: Fare uno scub sulle unghie con un impacco naturale: un cucchiaio di bicarbonato (ottimo sbiancante naturale), 5 gocce di olio essenziale di limone e un cucchiaio di olio extravergine di oliva che aiuta a nutrire la pelle e le unghie allo stesso tempo. Evita i solventi a base di acetone. Prima di applicare lo smalto colorato, applica una base trasparente che protegge l'unghia.

Unghie che si sfaldano

Le unghie che si sfaldano sono uno dei problemi più comuni tra le persone che assumo meno calcio rispetto alle necessità del proprio corpo. **Oltre a scegliere integratori, possiamo sicuramente prevenire questo fastidioso inconveniente seguendo dei semplici consigli.**

Evitare di mangiare le unghie.Fare la manicure almeno una volta a settimana. Fare dei massaggi con olio d'oliva che nutre le unghie.

Scegli uno smalto trasparente da mettere anche come base a quello colorato, meglio se a base di calcio.

Quando limi le unghie evita il movimento avanti-indietro. Piuttosto scegli dei movimenti lunghi che vanno in una sola direzione.

Unghie rosicchiate

Fra tutte, le unghie rosicchiate sono le meno estetiche. Spesso infatti si tende a sfogare il proprio nervosismo e la propria tensione sulle mani, non solo nei veri momenti di stress, per esempio quando si sta lavorando, ma anche mentre si legge una rivista o si guarda la televisione. Ecco come prevenire l'onicofagia, il comune vizio di rosicchiare le unghie: Utilizza smalto per unghie amaro, così quando cercherai di rosicchiarle sentirai il sapore poco gradevole. **Scegli un colore molto forte per lo smalto che vuoi applicare: vederlo rovinato vi farà pensare due volte prima di rosicchiare le unghie.** Scegli unghie finte che permettano alle vere di crescere.

PRENDITI CURA DI TE!

Lenisci i tuoi disagi con trattamenti mirati e massaggi del benessere!

Stress, Traumi, Tensioni possono cambiare la tua vita.

Libera e recupera le tue energie in maniera dolce e naturale!

Alcuni trattamenti:

Massaggio Ayurvedico - Cellulite - Artrite - Colite/Stipsi
Ansia/Bruxismo - Sciatalgia - Emicrania/Cervicalgia

Naturopata, esperta in riflessologia plantare integrata e tecnica cranio sacrale

Via Angelo Cosenza, 130 - Meta (Alimuri) - Contatti: Cell. 333 8188 612
e-mail: naturessere@gmail.com

I SUDDETTI TRATTAMENTI NON COSTITUISCONO O SOSTITUISCONO ATTI MEDICI, MASSOFISIOTERAPICI O ESTETICI.

Nuova Stazione di Servizio Esso
di De Gennaro Salvatore

GPL - Benzina e Gasolio
Olio lubrificanti
Autolavaggio a mano
Lavaggio tappezzeria auto e sanificazione
Cambio olio rapido

Ricariche telefoniche - Pagamento bollette

Via dei Platani - Piano di Sorrento

Tutti i giorni
SCONTO
su Carburanti
e GPL

SCEGLIERE E PORTARE I PANTALONI ADERENTI

I pantaloni aderenti (o slim, dall'inglese!) sono un vero e proprio esercizio di stile. Alla fine di ogni stagione si dice che passeranno di moda, ma alla fine tornano sempre, integrandosi alle nuove tendenze. Scopri come indossarli, rispettando il tuo stile e la tua morfologia.

Gli slim brut: chic.

Semplicissimi, stanno bene con tutto. Una semplice t-shirt bianca di cotone, una casacca etnica, un golfino di cashemire. Li porti d'estate con i sandali e d'inverno con un bellissimo paio di stivali grigio talpa.

I pantaloni a sigaretta: un classico.

Sono gli antenati degli slim. Facili da abbinare, puoi metterli quasi con tutto. Per non sbagliare, sceglili neri alla Audrey Hepburn, e rimboccane l'orlo lasciando intravedere le caviglie. Indossali con le ballerine, naturalmente, con una camicia bianca e una giacca dal taglio maschile.

Gli skinny neri: rock.

Sono un must del look rock chic. Inevitabilmente neri, sono attillatissimi si portano con una t-shirt larga e a girocollo, un giubbottino di pelle, una sciarpona e un cappello (se ti piace l'effetto "ragazzaccio").

Dei slim per ogni morfologia

Se sei longilinea. Gli slim sono fatti per te, a condizione di renderli più femminili e sottolineare le tue curve. Basta sceglierli a vita alta, di colore vivace (rosso o bianco). Metti in risalto il girovita con una cinta e metti le maglie nei jeans.

Se sei rotonda. Gli slim non sono "off limits" per te, anzi. Valorizza le tue forme sensuali, mettendole in risalto. L'importante è sapere a cosa abbinarli. Una bella blusa che nasconde i fianchi, degli stivali che snelliscono i polpacci, un cardigan lungo per mettere in risalto il girovita.

Se hai le gambe corte. Se sei piccola e magra, devi creare un effetto verticale con un paio di slim dritti e neri non troppo stretti alle caviglie. Abbinali agli accessori giusti: un bel paio di scarpe col tacco, dei sandali con la zeppa, una giacca lunga tipo cardigan o un trench.

ARREDAMENTI

di Claudio & Luigi Gargiulo

Tavolo allungabile al centro piano impiallacciato

Via del Mare 15/19 - Sorrento - tel/fax 081 807 17 64 - cell. 3382065411
www.lgarredamenti.it - info@lgarredamenti.it

LAVASTOVIGLIE O LAVELLO?

A mano o in lavapiatti? Qual è il metodo più eco-friendly di pulire le stoviglie dopo una cena? Quale tipo di lavaggio conviene di più in termini di consumo d'acqua ed energia?

PRESTAZIONI A CONFRONTO

Se per lungo tempo il lavaggio a mano è stato considerato più ecosostenibile dal punto di vista dei consumi (perché metodo antico e "della nonna") è ora piuttosto assodato che la lavapiatti sia più conveniente in termini di utilizzo d'acqua: per lavare a mano i piatti usati in una cena di 12 persone occorrono circa 103 litri d'acqua, contro i 15 per un pieno carico di una lavastoviglie di nuova - ma non nuovissima - generazione. Sono questi i risultati di un recente studio dell'Università di Bonn, in Germania.
Gli elettrodomestici di ultima generazione (classe A+, A++ e A+++) consumano ancora meno: appena 7 litri per ciclo d'acqua e il 30% dell'energia in meno rispetto a quella necessaria alle lavastoviglie di classe A (1,4 kWh per il ciclo più lungo).

LAVAGGI VERDI, ANCHE A MANO

Se non possedete una lavastoviglie o preferite il lavaggio a mano, insaponate prima tutti i piatti intingendo la spugna in una bacinella o tenendo il lavandino tappato. Non utilizzate l'acqua corrente se non durante il risciacquo, una sola volta. Con questi accorgimenti utilizzerete circa 20 litri d'acqua, contro i 60 di un lavaggio normale per una cena monofamigliare. Il lavaggio a mano è comunque preferibile se la lavastoviglie è mezza vuota, o se avete piatti sporchi solo per due persone.

COSA FARE, E COSA EVITARE

Ecolavaggi in 5 mosse
- Evita il prelavaggio
- Lava solo a pieno carico
- Pulisci il filtro e aggiungi regolarmente il sale apposito
- Usa cicli rapidi ed economici
- Niente asciugatura con aria calda. Basta aprire lo sportello

I numeri sembrerebbero giocare a favore della lavastoviglie, ma ci sono alcuni necessari accorgimenti da adottare ed errori da evitare per non pregiudicare questo primato. Italiani e svedesi, secondo lo studio tedesco, sprecano la maggior parte dei acqua ed energia durante il prelavaggio a mano dei piatti. Ma se si prevede di infilarli in una lavastoviglie ancora in buono stato, questa operazione è superflua. Basta rimuovere i residui di cibo dalle stoviglie con una spazzola morbida, per non intasare il filtro. E naturalmente, utilizzare la lavastoviglie sempre a pieno carico, assicurandosi di aggiungere spesso il sale apposito per evitare la formazione di calcare e di pulire il filtro, in modo da massimizzare l'efficienza.

Quando possibile, preferite lavaggi a freddo o programmi economici. L'asciugatura con aria calda non è necessaria: è sufficiente aprire lo sportello quando i piatti sono ancora caldi per farli asciugare con il vapore. Si risparmia in questo modo anche il 40-45% dell'energia per ogni lavaggio. Chi possiede una lavastoviglie di alta classe energetica può ridurre senza inconvenienti la quantità di detersivo utilizzato. I fosfati disciolti in queste sostanze, una volta scaricati, contribuiscono ad alimentare il fenomeno dell'eutrofizzazione, la crescita eccezionale di alghe che priva di ossigeno gli altri organismi acquatici.

DOVE SI BUTTA

La maggior parte degli studi sull'efficienza energetica delle lavastoviglie non tiene conto dei processi di smaltimento. Come gli altri elettrodomestici, anche questo va trattato secondo la normativa per i Rifiuti da Apparecchiature Elettriche ed Elettroniche (RAEE) e portato nelle riciclerie urbane.

BLUMARE
VIAGGI

LUMINARIE DI SALERNO

9 Dicembre 2012

Euro 11,00 per persona

La Quota comprende: Bus GT- Assicurazione

SHOPPING DI NATALE A ROMA

16 Dicembre 2012

Euro 25,00 per persona

La Quota comprende:
Bus G.T – Cornetto- Assicurazione

WEEK - END NEVE

dal 25 al 27 Gennaio 2013

Euro 140,00 per persona

La Quota comprende: Bus G.T –Hotel 3 ***
Pensione completa (bevande incluse) - Animazione
Bambini da 0 a 2 anni in 3°/4° letto GRATIS
Bambini da 2 a 6 anni in 3°/4° letto € 80,00
Bambini da 6 a 11 anni in 3°/4° letto € 98,00
Adulti in 3°/4° letto € 120,00
Prenotazioni entro il 30 Novembre 2012

CAMPITELLO MATESE

10 Febbraio 2013

Euro 19,00 per persona

La Quota comprende: Bus G.T – Cornetto- Assicurazione

Partenza da: Sorrento, Piano, Meta, Vico e Castellammare

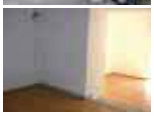
BLUMARE VIAGGI : Via San Michele, 13 - 80063 Piano di Sorrento
TEL. 081 5321383 - FAX 081 5322052 - E-MAIL: info@blumareviaggi.it

Immobiliare
Geom. Merlino Ciro

VIA SAN SERGIO IN VIA GRADONI, N. 5 MASSA LUBRENSE (NA)
TEL. 08119463162 - FAX: 0818088196.
DOMICILIO FISCALE: VIA CANTONE, N. 45
TEL/FAX. 081/8081095 - 80061 MASSA LUBRENSE (NA)
WWW.SORRENTOHOUSE.COM - 2218I@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. 9 **€ 630.000,00**



MASSA LUBRENSE - Locale fronte strada con doppio accesso. Discrete condizioni. Classe energetica attuale: "G" Rif. L .2 **€ 700,00 Mensili**

MASSA LUBRENSE - Loc. Sant' Agata Sui Due Golfi - Via Dei Campi, proponiamo in vendita due appartamenti in stabile condominiale. Rif.V. 12

MASSA LUBRENSE - Loc. Sant' Agata Sui Due Golfi - Corso S. Agata, proponiamo in vendita un appartamento al piano rialzato di una piccola palazzina. L' immobile si compone di: ingresso, salone, disimpegno, camera da letto, ripostiglio, camera da letto, bagno, cucina, wc. Doppio ingresso (uno indipendente e un altro dal portone del fabbricato condominiale) .Terrazzo a livello e Aiuola. Garage di c.a. 25 mq. Classe energetica attuale: "G Rif. V. 1 **€ 430.000,00**

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. 8 - **Trattativa Riservata**

MASSA LUBRENSE - Loc. Nerano, bilocale al piano attico 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. 6 **€ 280.000,00**

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

MASSA LUBRENSE - Loc. NERANO- nei pressi della piazzetta, proponiamo in vendita un locale su due livelli: piano fronte strada e ammezzato per una superficie di circa mq. 30. Da rinnovare. Classe energetica attuale: "G"Rif. V. 10 **€ 95.000,00**

MASSA LUBRENSE - 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. 4 **€ 330.000,00**

MASSA LUBRENSE - Loc. Termini Via Campanella, proponiamo in vendita tre appartamenti di diverse tipologie con posto auto di pertinenza. Classe energetica attuale: "G" Rif. v.11

VICO EQUENSE - Loc. Patierno, al primo piano di un piccolo fabbricato proponiamo in vendita un bilocale composto da: ingresso, salone con angolo cottura, camera da letto e bagno. Balcone. Piccolo giardino. Posto auto scoperto in area comune. Classe energetica attuale: "G"Rif. v. 2 **€ 280.000,00**

PROPOSTE DI LOCAZIONE:

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.6

Massa Lubrense - Loc. Sant' Agata Sui Due Golfi, proponiamo in locazione appartamento con ingresso indipendente sito al piano terra. L'immobile si compone di: ingresso - angolo/cottura, camera da pranzo, camera da letto e servizio. Terrazzo panoramico. Ripostiglio esterno Buone condizioni. Contratto regolare. **€ 600,00.** Rif. L. 7

Sorrento - Via San Cesareo, appartamento al primo piano composto da: ingresso/cucina abitabile, soggiorno, bagno di servizio, camera matrimoniale con servizio, cameretta. Rinnovato. Termoautonomo. Giardino condominiale. Contratto regolare. Arredata. **€ 1.200,00** Rif. L. 1

PEGI IMMOBILIARE

LAVORO INSIEME A TE PER RAGGIUNGERE IL TUO OBBIETTIVO, PER UN AFFARE SERENO E SICURO NEL TEMPO.

NAPOLI E PROVINCIA, PENISOLA SORRENTINA, COSTIERA AMALFITANA, ISOLA DI CAPRI.
GESTIONE IMMOBILI, MEDIAZIONE, CONSULENZE TECNICHE E COMMERCIALI.

081 8773597 - 3479106541

VENDITE

PIANO DI SORRENTO appartamento in parco con ascensore, ultimo piano, costruzione in cemento armato, ampio terrazzo, ottima esposizione, soleggiatissimo, vista panoramica mare e monti. Box auto. Cl. G. Ipe 175,00

SORRENTO appartamento (mq. Commerciali 110) in zona centrale con doppia esposizione, soleggiatissimo, ottimo stato manutentivo. L'immobile è costituito da ingresso /corridoio, cucina abitabile, ampia zona giorno, 2 camere da letto, balconi /terrazzini, 2 bagni. Cl. G ipe 175,00

SORRENTO appartamento indipendente al centro di sorrento con doppio ingresso di cui uno indipendente dalla strada. Ingresso, corridoio, salone, 2 camere, cucina abitabile, ampio balconata abitabile, e giardino a terrazzi.

MASSA LUBRENSE locale commerciale. Cl. G ipe 175,00

MASSA LUBRENSE porzione di casa su più livelli con giardino di circa 1300 mq. E deposito di circa 60 mq. Terreno pianeggiante ingresso carrabile. Cl. G ipe 175,00

PIANO DI SORRENTO in zona centralissima, 70 mq (commerciali), ingresso/corridoio, salone, cucina abitabile, camera, cameretta, bagno, esposizione su tre lati. Cl.G ipe 175,00

META appartamento ultimo piano, ampio salone, camera da letto, cucina e bagno, vista sul mare Cl. G ipe 175,00

VICO EQUENSE monte faito casa bifamiliare con giardino e terrazzi, posto auto. Cl g ipe 175,00

MASSA LUBRENSE casa indipendente con struttura portante in muratura, due livelli e terrazzo di copertura più piccolo giardino. Cl. G ipe 175,00

MASSA LUBRENSE soluzione costituita da piano terra di edificio d'epoca in ottime condizioni.Cl. G. Ipe 175,00

PIANO DI SORRENTO appartamento di ampia metratura, con box auto ottima esposizione su 4 lati.Cl. G ipe 175,00

LOCAZIONI

PIANO DI SORRENTO appartamento in zona centralissima con ascensore, ingresso, corridoio, soggiorno, camera, cucina e bagno con balconi..

SANT'AGNELLO appartamento 65 mq, in zona centrale, soggiorno con angiolo cottura, camera da letto, cucina e bagno.

VICO EQUENSE appartamento al primo piano raggiungibile a mezzo scalinata scoperta, composto da ingresso-disimpegno, 2 camere, cucina, bagno.

PIANO DI SORRENTO appartamento con tripla esposizione in parco terzo piano senza ascensore, ampio salone con vista e terrazzi, cucina, tre camere, due bagni.

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 soluzione bifamiliare terra cielo, 5 camere, cucina, cucinino, servizi e terrazzi.

SANT'AGATA SUI DUE GOLFI villino indipendente, ristrutturato con posto auto.

SORRENTO appartamento in zona centrale adiacenze Corso Italia di circa 90 mq.

SANT'AGATA SUI DUE GOLFI appartamento costituito da ampio salone con angolo cottura, camera da letto, bagno, terrazzo, posto auto.

SANT'AGATA SUI DUE GOLFI appartamento con ingresso indipendente con soggiorno angolo cottura, camera da letto e bagno con piccolo terrazzino e posto auto.

MASSA LUBRENSE locale commerciale di 25 mq. al centro.

Consulenza tecnica tramite i Ns. tecnici (geometri, ingegneri, architetti e commercialisti) per qualsiasi informazione tecnica sul vs. immobile, sviluppo di progetti per l'arredamento di interni, sviluppo e presentazione progetti lavori nei vari comuni del territorio, sviluppo e redazione Attestato di Certificazione Energetica (ACE) e Relazione Regolarità Edilizia (RRE), per sviluppo e presentazioni Pratiche Catastali.

IMMOBILIARE PEGI di Perrino Giuseppina Via Legittimo, 37- 80063 Piano di Sorrento (NA)
www.pegi.it pegimmo@tin.it
www.sorrento-accommodation-com info@sorrento-accommodation.com

Ardia Immobiliare

Competenza e professionalità al vostro servizio

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

PROPONE IN VENDITA

SORRENTO 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) Rif. A001

SORRENTO corso Italia - negozio di 49mq. **€ 510.000,00**. (A.C.E.-G) Rif. A002

SORRENTO via degli Aranci - 3°piano appartamento composto da 3 stanze, cucina, bagno, cantinola e posto auto. **€ 520.000,00**. (A.C.E.-G) Rif. A003

SORRENTO - appartamento di 170mq. buone condizioni + 150mq. terrazzo panoramico. **€ 1.400.000,00** (A.C.E.-G) Rif. A004

SORRENTO centro storico - appartamento 95mq. composto: 2 stanze da letto, soggiorno, cucina e bagno+ mansarda e terrazzo. **€ 700.000,00**. (A.C.E.-G) Rlf. A005

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) Rif. A006

SORRENTO appartamento piano terra 130mq. + garage 39mq. + giardino 300mq. **€ 1.200.000,00** (A.C.E.-G) Rif. A007

SANT'AGNELLO depositi di circa 1000mq. + 1000 metri di spazio esterno con accesso carrabile. **€ 550.000,00** Rif. B001

PIANO DI SORRENTO - appartamento in parco centrale attico al 4° piano 135mq. + terrazzi panoramici 109mq. + garage 15mq. + posto auto nel parco. **€ 1.300.000,00** (A.C.E.-G) Rif. C001

PIANO DI SORRENTO - zona collinare - immobile composto da 4 camere e 4 bagno su 2 livelli. **€ 330.000,00**. (A.C.E.-G) Rif. C002

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) Rif. F001

PIANO DI SORRENTO - via delle rose - Il piano 170mq. composto da 3 camere da letto, due bagni, cucina e salone + garage e giardino. **Trattativa risevata**. (A.C.E. G.) Rif. C003

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) Rif. A008

MASSA LUBRENSE - rudere indipendente di 75mq.+ 470 di terreno. Accesso carrabile. **€ 350.000,00**. Rif. F002

ROMA - località Pignetto - via Torpignattara - monolocale di 30mq. **€ 140.000,00** (A.C.E. G.) Rif. H001

ROMA - località Pignetto - via Torpignattara - bilocale di 50mq. **€ 120.000,00** (A.C.E. G) Rif. H002

SORRENTO - zona collinare panoramica - fabbricato indipendente di 200mq. con circa 3000mq. di giardino. **€ 1.100.00,00** Rif. A010

PIANO DI SORRENTO - centro - abitazione di 100mq. composta da ingresso salone doppio, cucina, 2 camere da letto, 2 bagni, terrazzo, cantinola e lavanderia. **€ 580.000,00.** (A.C.E. -G) Rif. C004

SORRENTO - via parsano - garage non pertinenziale. **€ 180.000,00** Rif. A011

SANT'AGNELLO - zona centrale - appartamento di 110mq + posto auto. **€ 750.000,00** Rif. B002

SORRENTO - zona collinare - deposito di 60mq. + 500mq. di giardino. **€ 180.000,00.** Rif. A012.

MASSA LUBRENSE - località Nerano viale Vespoli - villa di 120 mq. con discesa privata a mare + posto auto. **Trattativa riservata.** (A.C.E. -G) Rif. F002

MASSA LUBRENSE - località Nerano viale Vespoli - appartamento di 40mq. con terrazzo e posto auto. **Trattativa riservata**. (A.C.E. -G) Rif. F004.

PIANO DI SORRENTO - giardino di 140mq. + rudere. **€ 45.000,00**. Rif. C005

PIANO DI SORRENTO - giardino di 80mq. + deposito. **€ 35.000,00.** Rif. C006

SANT'AGNELLO - appartamento al 4° piano con ascensore di 110mq. composto da doppio soggiorno, 2 stanze da letto, cucina, 2 bagni, cantinola e posto auto coperto. **€ 750.000,00**. (A.C.E. -G) Rif. B003.

SORRENTO - appartamento in parco residenziale di 170mq. finemente ristrutturato. **Trattativa riservata.** Rif. A013

SORRENTO - centro storico - appartamento di 110mq. al 3° piano, con ascensore, su 2 livelli composto da 2 stanze da letto, salone, angolo cottura e 2 bagni. **€ 730.000,00**. (A.C.E. -G) Rif. A014

PROPONE IN FITTO

SORRENTO - via fuorimura - locale di 120mq. **€ 1.600,00**. Rif. A002

PIANO DI SORRENTO - garage nei pressi del supermercato TreEsse. **€ 180,00**. Rif. C001

SORRENTO locale commerciale di 32mq. per attività di laboratorio. **€ 750,00**. Rif. A003

SORRENTO - centro - appartamento arredato di 120mq. composto da salone, 2 stanze da letto, cucina e 2 bagni + posto auto. Fitto transitorio. (A.C.E. -G) Rif. A004

META - locale deposito di 120mq. **€ 1.000,00** Rif. D001

SORRENTO - fitto regolare - appartamento al centro composto da cucina, bagno, camera da letto, doppio salone + cantinola. **€ 1000/00**. (A.C.E. -G) Rif. A005

SORRENTO - fitto regolare - via degli aranci - appartamento di 65mq. al 3° piano composto da stanza da letto, soggiorno doppio, cucina, bagno e cantinola + posto auto. **€ 1000/00**.

CESSIONI

SORRENTO - centro storico - attività ben avviata di artigianato di 50mq. Rif. A001

SORRENTO - centro storico - cedesi attività locale di 45mq. Rif. A004

CASTELLANO Immobiliare

FIAIP

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

PIANO DI S. prossimità centro,grazioso, d'epoca, rinnovato: soggiorno-cucina, camera matrimoniale, camera singola, bagno, balcone. RIF. A 422 (a.c.e/G)

SORRENTO, mezza collina, panoramica sul Golfo, signorile villa trilivelli mq 170, giardino mq 500. Comodo accesso. RIF. V 587 € 650.000 (a.c.e/G)

S.AGNELLO, tra centro e mare, d'epoca: doppio ingresso, soggiorno, 2 camere, cucina abitabile, bagno, lavanderia-ripostiglio, box auto con cantina. RIF. A 421 (a.c.e/G)

SORRENTO, collina, fabbricato bifamiliare panoramicissimo sul Golfo, mq 200, ampia cantina, giardino mq 3.600. Accesso carrabile. RIF.V 674 (a.c.e/G)

SORRENTO, centrale, tranquillo, rinnovato, signorile, luminoso: ingressino, soggiorno, 2 camere, studio, cucina, doppi servizi, veranda, terrazzo, giardino attrezzato. RIF. A 419 (a.c.e/G)

META, lato mare, tranquillo, luminoso, panoramico: ingresso, 4 ampie camere, cucina, bagno, veranda, balconata. Parcheggio. RIF. A 251 (a.c.e/G)

S.AGNELLO, centralissimo, moderno, tranquillo 2° piano: ingresso, soggiorno, 3 camere, cucina, doppi servizi, ripostiglio, balconate. RIF. A 417 (a.c.e/G)

VICO EQUENSE, Arola, ampia porzione di fabbricato da ristrutturare, 2 livelli, mq 290

PIANO DI S. collina, tranquillo, panoramico, semindipendente, plurilivelli: doppio ingresso, soggiorno, 3 ampie camere, servizi, grande terrazza vista mare, cortile-giardino carrabile. RIF. V 674 € 350.000 (a.c.e/G)

coperti, giardino mq 700. Accesso carrabile. Divisibile. RIF. V 673 (a.c.e/G)

MASSA L. villa rinnovata panoramicissima con discesa a mare e piscina: salone, 3 camere, cucina, doppi servizi, terrazze, piccolo giardino. Ampia camera con bagno. Box auto e posto auto. RIF. V 662 (a.c.e/G)

MASSA L. Nerano, appartamentino indipendente, tranquillo, panoramico, con giardino: ingresso – soggiorno, 2 camere, cameretta, cucina abitabile, bagno. RIF. A 415 (a.c.e/G)

SORRENTO, Capo, villa bifamiliare con giardino, mq 280, giardino mq 700, box auto. Da rinnovare. RIF. V 672 (a.c.e/G)

SORRENTO, centralissimo, luminoso, tranquillo, moderno, rinnovato: soggiorno, 3 camere, cucina, doppi servizi, lavanderia, balconate, parcheggio. RIF. A 416 (a.c.e/G)

MASSA L. collina, casa d'epoca, soleggiata, panoramica, rinnovata: soggiorno, sala-pranzo, 3 camere, cucinotto, 3 bagni, studio, taverna con terrazzo coperto, grazioso giardino attrezzato con parcheggio privato. RIF. V 613 (a.c.e/G)

S.AGNELLO, lato mare, località Cappuccini, a pochi mt dalle spiagge, grazioso, d'epoca, bilivelli, soleggiato, vista colline: soggiorno

S.AGNELLO, centralissimo, moderno, luminoso: soggiorno, 2 camere, cucina, bagno, disimpegno, balconata. RIF. A 420 (a.c.e/G)

con a.k. 2 camere con i rispettivi bagni. RIF. A 384 (a.c.e/G)

PIANO DI S. collina, intera villa bifamiliare oltre mq 250, immersa nel verde, circostante giardino mq 4.000. Comodo accesso. RIF. V 671(a.c.e/G)

S.AGNELLO, a breve distanza dal centro, grazioso, caratteristico, rinnovato, d'epoca: soggiorno, cucinotto, camera matrimoniale, 2 camere singole, doppi servizi, balconate, terrazzino. RIF. A 414 (a.c.e/G)

PIANO DI S., lato mare, d'epoca: ingresso, camera, cucina, bagno, ampia camera mansardata. RIF. A 412 (a.c.e/G)

POSITANO, grazioso appartamentino semindipendente, comodo accesso: 2 camere, cucinotto, doppi servizi, cortile esclusivo mq 35. RIF. A 407 (a.c.e/G)

MASSA L. mare, Marina della Lobra, porzione di fabbricato, panoramica, bilivelli: soggiorno con a.k. 2 camere, 2 bagni, lavanderia, balconate, terrazzo. RIF. A 402 (a.c.e/G)

VICO EQUENSE, Fornacelle, porzione di fabbricato semindipendente, bilivelli, panoramica: soggiorno, 3 camere, cucina, doppi servizi, ripostigli, sottotetto, terrazzi, cortile, p.auto coperto. RIF. V 669 (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)

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, locato, ottima redditività, moderno, rinnovato: soggiorno con a.k. camera, bagno, terrazzino, box auto. RIF. A 329 (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, vendesi negozio mq. 17. Trattativa riservata. RIF. Z 724 (a.c.e./G)

SORRENTO, cedesi centralissimo ed avviatissimo centro abbronzante. Trattativa riservata. RIF. Z 873 (a.c.e./G)

S.AGNELLO, fittasi capannone C 3 mq 600, con parcheggio di 200 mq. Urbanisticamente regolare. RIF. F. C. 102 (a.c.e./G)

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

CHIAMATE PER LOCAZIONI TURISTICHE IN PENISOLA SORRENTINA

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

Sorrento - zona centrale - appartamento in palazzo d'epoca dell'800 con doppio ingresso di circa mq. 235 con terrazzo a livello.

Massa Lubrense - graziosa soluzione composta da: soggiorno con angolo cottura, camera da letto e bagno. Completamente ristrutturata **€ 185.000,00**

Sorrento – zona Montariello soluzione in parco di circa mq. 140 con annesso piccolo giardino, terrazzo e box auto **€ 760.000,00 trattabili**

Massa Lubrense - centro storico - appartamento in palazzo d'epoca di circa mq. 80 composto da: ampio soggiorno con soppalco e bagno, cucina abitabile, cameretta, bagno, balcone e terrazzo di copertura con vista diretta su Capri **€ 350.000,00 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

Massa Lubrense - centro storico - appartamento al secondo piano in fabbricato dell'800 composto da: soggiorno, cucinotto, 2 camere da letto, bagno e ampio terrazzo a livello vista Capri. **€ 360.000,00 trattabili**

Massa Lubrense - Metrano - soluzione semindipendente composta da: soggiorno,cucina, 2 camere da letto, bagno, lavanderia e piccolo cortile **€ 270.000,00 trattabili**

Massa Lubrense - S.Agata sui due Golfi - soluzione semindipendente composta da: soggiorno, cucina, 2 camere da letto, bagno, ripostiglio e terrazzo a livello di circa mq.50 vista mare, completamente ristrutturata **€ 360.000,00 trattabili**

Massa Lubrense - Termini - soluzione semindipendente composta da: ingresso, cucina abitabile, soggiorno, 2 camere da letto, 2 bagni, ampio terrazzo a livello vista Capri. **€ 390.000,00 trattabili**

Massa Lubrense – S. Agata sui due Golfi - Appartamento con ingresso indipendente composta da: piano seminterrato 2 camere con bagno; piano primo soggiorno con angolo cottura, camera da letto, bagno, terrazzino a livello e ampio cortile. **€ 280.000,00 trattabili**

Sorrento - zona alta - (pontone) terreno di circa mq. 2000 con entrostante rudere. **€ 140.000,00 trattabili**

LOCAZIONI

Penisola sorrentina - cedesi avviata attività di agriturismo.

Massa Lubrense - Metrano - soluzione semindipendente su due livelli composta da: soggiorno, cucina abitabile, 2 camere da letto, 2 bagni,balcone, terrazzo panoramico, posti auto. Contratto regolare **€ 700,00 mensili** (ammobiliata)

Massa Lubrense - Monticchio - soluzione semindipendente composta da: ampio soggiorno, cucina abitabile, 2 camere da letto, 2 bagni, cortile, posto auto e cantinola. Contratto regolare **€ 650,00** RIF. 23

Massa Lubrense – S.Agata sui due Golfi- zona centrale –locale commerciale fronte strada **€ 650,00 mensili**

Sorrento - zona centralissima - appartamento di circa mq. 75 luminoso con doppio ingresso e composto da: soggiorno, cucinotto, 2 camere e bagno **€ 1.100,00** anche uso ufficio o studio contratto regolare. RIF. 17

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi - appartamento composto da: soggiorno, cucina abitabile, 2 camere da letto, bagno, giardino e box auto **€ 700,00** contratto regolare. RIF. 19

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi - appartamento in villa composto da: soggiorno con angolo cottura, 2 camere, bagno, ampio terrazzo panoramico e posto auto **€ 600,00** mensili contratto regolare RIF.18

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi - soluzione semindipendente composta da: ampio soggiorno, cucina abitabile, 2 camere da letto, terrazzo a livello e posto auto. Contratto regolare **€ 700,00 mensili** Rif.21

Massa Lubrense - centralissimo - appartamento al secondo piano composto da: cucina abitabile, soggiorno, camera da letto, bagno e terrazzo a livello vista mare. **€ 800,00 mensili** contratto transitorio

Massa Lubrense - Arorella - soluzione semindipendente composta da: ingresso, cucinotto, piccolo soggiorno, camera da letto, bagno, terrazzo e giardino a livello contratto regolare **€ 500,00 mensili** trattabili RIF. 03

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

Massa Lubrense - Monticchio - Villino indipendente composto da: soggiorno con angolo cottura, 2 camere da letto, bagno, dependance con bagno, giardino, posti auto e terrazzo vista Capri. Contratto regolare **€ 900,00 mensili**

Massa Lubrense - Termini - grazioso appartamento composto da: soggiorno con angolo cottura, camera da letto, cameretta, bagno e terrazzo panoramico su Capri **€ 550,00 mensili** contratto regolare

Massa Lubrense - Annunziata - grazioso appartamento composto da: soggiorno con angolo cottura, camera da letto, bagno e terrazzo attrezzato con vista diretta su Capri.

Massa Lubrense - Monticchio - graziosa soluzione semindipendente composta da: soggiorno, cucinotto, camera da letto, bagno, terrazzo e giardino a livello vista mare. **€ 500,00 mensili.**

Disponiamo di numerose soluzioni per locazioni transitorie, settimanali e per weekend.
Tutti gli immobili sopra descritti hanno classe energetica

Giardullo & C. sas

Agente Allianz Lloyd Adriatico Assicurazioni Spa

Vieni a scoprire
le nuove

tariffe rca auto

e i modi per **proteggere**
la tua persona,
la tua famiglia
e la tua impresa

Allianz

Sorrento
Corso Italia, 220
Tel. 0818784216 - Fax. 081.8771315

Piano di Sorrento
Piazza della Repubblica 35/bis
Tel. 081.5322899

Meta
Via Cassari 2
081.191.851.90

TECNO C

Ricambi - Caldaie - Condiziona

Vaillant

Chaffoteaux

MITSUBISHI ELECTRIC
AIR CONDITIONING SYSTEMS

DAIKIN

Preparati pe

CAMINETTI MONTEGRAPPA

ARIS

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

CALOR

amento - Articoli termoidraulici

KLOVER

CORDIVARI

er l'Inverno...

STON

ELECTRA CLIMATIZZATORI

www.tecnocalorfrasca.it

compro ORO e Argento

pesa i tuoi oggetti a casa
e poi controlla il peso
tu stesso sul display
della nostra
bilancia omologata !!!

META - Corso Italia, 132

Sms pervenuti in redazione entro il 1 novembre 2012

SMS DAI LETTORI

INVIA I TUOI SMS AL NUMERO 380.3067686

T vedo dovunque ogni ragazzo sembri tu mamma cm faccio a dimenticarti mi manchi tanto by bunny

****

Silenzio i tuoi silenzi mi danno rabbia i tuoi silenzi mi danno tristezza i tuoi silenzi mi fanno pensare..... É io come te mi sono allontanata silenziosamente proprio come mi hai inparato tu :(by bunny

****

Ormai sn 3 settimane ke nn stiamo insieme e mi manchi un po ma giusto un pokino avvolte aprendo l'armadio rivedo i tuoi regali allora mi vengono alla mente i bei ricordi con te a quando eravamo felice e ke nnt mai ci poteva dividere ma nn e stato cosi un po il destino un po tu hai voluto far finire questi bei momenti ma si sa la vita va avanti by bunny

****

"E il 17 ottobre finiranno i lavori Al campetto di Priora-sorrento ... forza Priora riprendiamoci ciò che è nostro!!"

Aspettiamo una vostra foto da pubblicare nel prossimo numero del LeggimiGratis e che ritragga il campetto di Priora e voi ragazzi che vi giocate.

****

Se t incontrerò una volta x strada so gia la reazione ke avrò vedendoti mi verra gli okki lucidi vb tu penserai ke é una cosa stupida ma sai quando tu vedi una xsona ke nn avevi visto piu e pensi a quando c skerzavi oppure quando ci parlami a quando stavi vicino a lei é nn potevi fare a meno di lei é poi adesso cm 2 estranei allora nn t meravigliare se m vedrai in quel modo xke io t ho e t voglio bn ricodatelo é poi nn troverai nessuna ke t sopporta col carattere ke hai ricordati di ki t voleva bn e di cm t aveva accettato cs cm eri é tu stupidamente t 6 fatto scapare by bunny

****

Se avrei saputo ke era l'ultimo abbraccio t affrei stretto piu forte

****

Bbbbbuuuuoooonnnggiiiooorrrnnnooo aaaa ttttuuuttttttttiii

****

Qualcuno mi ha detto mai e allora qst parole mi ha ricordato quando parlavo con te ke t kiedevo di vederti di perdonare di parlare con te al cell e tu mi rispondevi mai. Nn mi avresti mai perdonato nn mi avresti piu parlato al cell nn ci saremmo mai piu visto be il tuo desiderio si e avverato spero ke sarai cntento x qst t ooddiioo by bunny

****

♥ [*]

****

Mamma ke palle stasera mi e venuta una nostalgia di te ma xke sn quasi un mese ke nn siamo piu insieme ma stasera particolarmente mi manki ma qst mia nostalgia me la devo far passare :(e difficile ma lo devo fare by bunny

****

perché e difficile innamorarsi ??

Purtroppo i single stanno diventando il gruppo più numeroso. Sembra che più la scienza spiega l'innamoramento (dove avviene, in quanto tempo etc.), meno ci si innamora. Voi lettori che ne pensate? Nel prossimo numero pubblicheremo le vostre risposte, quindi tutti pronti a scrivere la propria opinione!

****

Bbuuoonnrrggiioorrnnoo!! Baci alla reda

****

Ke palle stanotte t ho sognato un'altra volta >_<

****

Manda qst messaggio sul telefoninodi kiunque t abbia portato un sorriso almeno una volta nella vita ti portera fortuna se anke io sn una di quelle persone ke ti abbia fatto sorridere grazie di cuore per avermi fatto sorridere tvb

****

X A che sta spesso a fornacelle volevo dirti che 6 la più bella cosa che mi sia capitata negli ultimi anni e che quei messaggi volevano solo farti guardare oltre non accusandovi ma solo di restare la persona bellissima che sei

****

GIUSEPPE MEZ VIVE!!!!!!!! Sei nel cuore di tutti noi....

****

M

****

A

****

C

****

I

****

A

****

O

****

Che depression!

****

Cucciii *-*

****

Ti amo ti amo x tutta l'estate ti odio ti odio ti ho dato la vita ti amo ti amo e adesso mi kiedo ma dove ho sbagliato ke cosa e successo by bunny x te

****

connie d tiamo ciao

****

..Voglia di fare scimità..Sale sale sale..! 100 % [*]

****

Love ù [*]

****

Xkè fai così me lo spieghi perfavore !!!

" **_**

****

*

****

**

****

Mi manki uffi é cosi difficile dimenticarti kissa se é lo stesso anke x te

****

tesoro miooo sei la mia VITA..m+m

D= distanza i= indifferenza m= malinconia e = egoismo n =nostalgia t = trasparenza i = invidia c = crudelta a= angoscia r= rovinare e= egoismo by bunny

****

La tua storia si conosce hai tentato di rovinare famiglie ma nn ci sei riuscita xk non hai retto il confronto e x la vergogna e le bassezze che hai combinato dovresti chiuderti in casa e buttare la chiave. Si nu cuopp

****

Dimenticare dimenticare tutti dicono ke dimenticare puo essere facile ma ki veramente lo fa io credo in pochi. Come si fa dimenticare ki hai amato come si fa a dimenticare ki hai conosciuto. Come si fa a dimenticare delle emozioni ke hai provato. Io nn ce la faccio a dimenticare

****

Sai ho rivisto quando ho fatto 18 anni eri cosi bello noi eravamo cs belli mamma mia mi manki tanto nn sai quanto t desidero pero nn si potra mai averare qst desiderio vb tvtttbb ricordatelo smp

****

Te lo giuro se t trovo x strada t faccio una mera parola mia

****

Nn lo so se sn scema o sara la tua mancanza ho ascoltato 3 volte la tua canzone io invece t dovrei oddiare ma nn ci riesco e mi odio x qst

****

"Mi hanno detto ke se rinuncio a te mi danno il mondo. Ma ke me ne faccio del mondo se con un tuo sorriso ho l'universo? *_____* "Invialo a dieci Persone a cui vuoi molto bene (anche a me se me ne vuoi *-*)!Se te ne tornano almeno 4, Ki ami stasera ti dira' qualcosa... Spezza la catena e avrai 8 anni di sfiga -.-'"....invialo anche anke a me,se davvero mi vuoi bene!! :3

****

Ma bravo lo sai vorrei avere un simbolo x farti ma tanti applausi lo sai mi fai skifo tu gia lo eri diventato ma mo adesso hai superato il limite ma ki t credi di essere il pateterno weee datti una calmata e sulla faccia della terra nn esisti sl tu ma meno male se no il mondo sarebbe andato in rovina prima del 2012 lo so se sei scemo ho cretino bo e meglio ke t fai curare xke nn ci stai cn la testa cm uno t dice una cosa e tu ne fai un'altra ma beato i tuoi amici ke t sopportano xke io un altro anno vicino a te nn ce lo avrei fatta se no diventavo inbecille cm te bunny

****

Qst e la mia benedizione x te spero ke troverai una ragazza z.....a é tu dovrai essere cornuto cosi mi rinpiangerai di aver perso x smp si proprio x smp xke io stavolta nn torno indietro ma vado avanti x i c...i miei ma anke se stai morendo e vuoi me x vedermi un ultima volta be nn voglio proprio piu vedere sta faccia ke hai lo sai fai proprio skifo ti odio piu della mia stesso vita e ricordati ke io nn t perdonero mmmmmaaaaiiii by bunny

****

"La frase TI AMO ti verrà detta dal ragazzo/a che ti piace entro questa settimana... ma solo se invii questo messaggio a tante persone quanti sono i tuoi anni! Ma prima aggiungi una stellina qua sotto!! Se la spezzi sfiga per tutto l'anno scolastico!!!!! BUON LAVORO :)

****

****

**********"

****

X i ragazzi della 1A del GRAZIANI A SORRENTO VOLEVO SOLO DIRE CHE SIAMO UNA BANDA DI 18 INTALLIATI...MA QLL KE CI BATTE E GIOVANNI T....KISSSSS BY UNA DI VOI

****

Per favore mettete questo sms su Leggimi Gratis "Per le donne di meta invece di sparlare delle persone dello stesso sesso guardatevi i vostri mariti che vogliono fare sesso con le femmine di meta che possono essere figlie per l'eta' che hanno. a meta le donne sono z.....e e gli uomini porci specialmente i vecchi"

Sicuramente avrai le tue buone ragioni, ma è meglio non generalizzare

****

Un augurio di al mio fratello Tobia che festeggia il suo onomastico e a mia mamma che tra poco si laurea,auguri vi voglio bene :)!!! Il vostro gianluigi!"

****

Annalisa sei scema anche tu che ci vai in quel bar di m...a non hai capito ancora che quello e il bar delle z.....e e dei cornuti io te lo sempre detto.

****

Manchi ogni giorno di piú ... Sei tutta la mia vita ... Non vedo di Sposarti *•* <3 <3 Ti mmmmaaaaammmooooooo . .

****

Dal café Noir ...un saluto al ballerino francesco :D la cucciola Adele..la Giappo e Mignolo e Prof! Ma sopratutto saluto SQUEENO..e x finire saluto gli Sposini!! rosa e fabio ...

****

Spesso le persone che credi amiche scopri che sparlano di te appena ne hanno l'occasione. Parliamo di persone adulte con figli, case di proprieta' e buon matrimonio. Ma cosa avranno da invidiare a chi non ha avuto tutto questo? Ho sempre perdonato le cattiverie. Stavolta pero' ci sto troppo male. Per ora meglio sola che male accompagnata. Mi sa che un nuovo proverbio dice: le amiche sono come le scarpe piu' sono strette e piu' fanno male. Selezionate bene le persone a cui aprite il vostro cuore. Ciao reda

****

C'e in giro molta gente dedica molto tempo a sparlare spettegolare inciuciare malignare infangare spiare infierire diffamare accusare aizzare ciarlare cianciare criticare mormorare civettare additare tradire tramare cospirare umiliare infamare disonorare mortificare deridere farneticare. Solo chi ti conosce e parla troppo finisce che sparla. Ti potra' vedere ferito ma tu lo vedrai crepare d'invidia.

Cari lettori ci fa piacere pubblicare i vostri sms di risposta alla lettrice che lo scorso mese ci aveva narrato della sua amica invidiosa delle vacanze altrui. Come ci raccontate questa è una triste situazione comune a tanti. Oggi più che mai è vero che bisogna fare molta attenzione ai cosiddetti "amici".

****

É vero ki mi parla di te si illuminano ancora gli okki e lo sai xke io t oddio ma allo stesso tempo t amo ancora ma io davvanti agli altri e a me stesso nn lo voglio dire

****

"Stasera parlando cn degli amici ho raccontato qualche sciocchezza fatta insieme.. Di quante volte nelle ore di lezione siamo spariti.. Delle mille corse fatte nei corridoi.. E i miei occhi hanno iniziato a brillare.. Mi hanno chiesto chi eri.. Li ho guardati e ho risposto: LUI É LA MIA VITA!!!!

****

TI AMO <3"

****

Adesso starai nella festa di tua cugina kissa se vedendo tua sorella con fida pensi a noi a quando stavamo insieme cs io credo prioprio di no starai li con i tuoi amici a ballare a mangiare senza pensare ad altro be io dopo tt quello ke hai fatto t vorrei ancora vicino a me xke sai nn si posso canbiare o scordare i sentimenti

****

T amo tesoro mio ^__^ ♥

****

Cara redazione leggendo il vostro giornale (cm sempre) ci siamo accorte che l' Italia sta andando a rotoli in quanto il nostro amico/a Bunny la notte invece di dormire pensa , ma perche' non si studia un libro di grammatica poiche' è insonne? Un bacio R,V,I,V

Certo la grammatica è importante... nessuno dovrebbe trascurarla

****

Lomby di Marciano sei bellissimo... <3

****

Al ragazzo cl Runner.. Sei Tt la Mia vita.. *-*

****

Grazie per le belle risposte che date ai miei sms. Quel disegnino poi con le due amiche una davanti ad un bella coppa di gelato e l'altra con una carota nel piatto. Sietd mitici. Questa si che e' una pagina da conservare! Sono riuscita a reperire il vostro giornale solo il 18 ottobre temevo ci aveste abbandonati. Visto che non sono una ragazzina qualcuno si e' meravigliato che lo chiedessi in giro. Lo leggo dalla prima all'ultima pagina e non e' l'unico giornale che leggo. LeggimiGratis non sarà l'unico ma rimane unico nel suo genere. Kiss

Cara lettrice, ci fa piacere che ti sia piaciuta la risposta data al tuo sms del mese scorso, è stato semplice sai perché? Perché è successo anche a noi... e si comprende pienamente una situazione solo quando la si vive personalmente. E come avrai potuto notare ci sono per te anche diverse risposte da parte di altri lettori che hanno avuto la stessa brutta esperienza. Inoltre, vogliamo ringraziarti per i complimenti che fai al nostro lavoro, siamo contenti che ti piaccia il nostro giornale. Abbiamo sicuramente bisogno del vostro sostegno per continuare a migliorarci. E i VOSTRI commenti positivi ci fanno capire che stiamo sulla buona strada. Per contro, com'è patetico chi si fa i complimenti da solo... diventa ridicolo...

****

Sn trascorsi 2 anni..belliximi.. Peccato ke nn potrò exere mai unica.. Rimorsi,ma nn rimpianti***

****

Luigiiiiiiiii e tiiiiiiii amooooo oooooooooo oooooooo ooooooooo<3

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

Maraye' Tattoo

Tatuaggi dal 1993

Body Piercing

Autorizzato ASL

Correzioni o coperture vecchi tattoo

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

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

Ogni giorni mesi e anni che passano mi accorgo che quanta gente falsa che ci sta....ma sopratutto qyanta gente c'e

Ciao a tutti. Ma e' possibile che in un paese civile ci vogliono 10 anni per divorziare. Basta che uno dei due pretende l'assurdo e tutto si blocca. Quando una persona non vi vuole perche' trattenerla o ricattarla con squallide richieste per vendicarsi? La vendetta fa vivere peggio chi la mette in atto che chi la subisce. Meno male che ci sono compagni o compagne armati di grande amore e pazienza e spesso non sono la causa della rottura dell'unione precedente. Conosciuto il mio compagno dopo che aveva lasciato il tetto coniugale e' stato detto che stavamo insieme da 20anni peccato che all'epoca vivevo addirittura in un altra citta'. Perche' cercare le colpe in altri per motivare il proprio fallimento? Buona vita a tutti il vittimismo non giova a nessuno bisogna rimboccarsi le maniche sempre e avere fiducia la speranza e' l'ultima a morire. Ciao

Sarebbe meglio concentrarsi di più sul bene dei figli e considerare che una situazione già di per sé difficile, la separazione e il divorzio dei propri genitori, se viene ulteriormente esasperata, avrà conseguenze ancora peggiori sull'emotività dei piccini. Sì, è vero quello che scrivi, non è semplice per i nuovi compagni, anzi è lodevole che ci siano dei sentimenti che resistono a prove così lunghe, ma è ancora di più doloroso per i figli che vedono i genitori concentrare le loro forze ed attenzioni unicamente nella loro personale battaglia. La soluzione meno dolorosa per tutti è quella di essere ragionevoli (ci riferiamo a che si vuole vendicare a tutti i costi verso l'ex-coniuge) e trovare una soluzione che aiuti i figli a superare con serenità il divorzio dei propri genitori. Infatti, ci troviamo d'accordo con te quando alla fine scrivi che TUTTI quelli coinvolti devono rimboccarsi le maniche e prendersi le proprie responsabilità, invece di giustificarsi e colpevolizzare gli altri.

****

Vorrei essere un fantasma x vederti ogni volta ke vorrei vorrei essere un fantasma x vedere se mi pensi vorrei essere un fantasma x venirti a dare la buonanotte e il buongiorno quando t svegli vorrei essere un fantasma x sussurarti ke io t amo ancora vorrei essere un fantasma x vederti dormire quando tu mi manki vorrei essere un fantasma

****

Saluti alla redazione dalla quarta ipc :D <3 ***BACI BACI***

****

Stasera credevo ke t vedevo ma invece nn e stato cosi ho visto 2 tuoi amici e speravo ke ci fossi anke tu ma nn e stato cosi ma forse é stato meglio cosi mi avrei fatto solo del male vedendoti xke nn potevo venire vicino a te come facevo un tempo mi manki piu ke mai t.a.

****

Luigi e 2A dll GRAZIANI A SORRENTO!SEI BELLISSIMOOOOOOOOOOOOOOOOOOOO

****

Mi kiedo spesso xke e cosi complikato mi innamoro sempre di un ragazzo ke nn mi ha mai considerato,infondo sai nn kiedo molto solo un ragaxxo in cui crescere in questo brutto mondo!!!Troppo complikato

****

"Un bacio x sognare

****

Due x lasciarsi andare

****

Tre giorni x amare

****

Quattro x farsi male

****

Solo dio sa rinunciare al sesso ma noi no quei ftt a tradimenti ki ha inventato i sentimentin??"

****

"X vito r il ragazzo di s d m ti volevo solo dire solo che:NN SEI PIU NIENTE NN SOFFOCHERAI PIU I MIEI PENSIERI TI HO CANCELLATO X SEMPRE

****

NN STO MALE PIU SO KE VICINO AVRO GLI AMICI GIA PRONTI A TIRARMI SU

****

NN SEI PIU NNT ANCHE SE TI VEDRO CN UN ALTRA MI TROVERAI INDIFFERENTE NN STO MALE PIU HO RIAQUISTATO IL SORRISO CHE MI AVEVI RUBATO TU!!!!"

****

Cesaroni 4ever

****

Ehi redazione secondo voi e normale che un ragazzo ti dice che nn gli piaci xo esce cn te e ti kiama?????Secondo voi ke signifika????

Uhmm! Amicizia? Perché, per te cosa significa?

****

sgaga!!hahahahà

****

X la 1a del graziani a sorrento siete miticiiii!!!Giovà si no ndallit!!!

****

Ganganm style

****

One direction!!!Liam,herry!Louis! Niall! Zayan

****

Che cos'e l'amore????Solo un sentimento che ti fa soffrire tanto ma poi con il tempo paxxa tutto!!!!

****

Bellaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaa aaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaa aaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaa aaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaa

****

PER TONY C. DALLA SUA TARTINA ANGELA:"TI AMO TANTO DA IMPAZZIRE!" XD XD XD

****

Mi manchi mi manchi mi manchi mi manchi mi manchi mi manchi mi manchi mi manchi mi manchi mi manchi mi manchi mi manchi mi manchi mi manchi tantissimo by bunny

****

Ery ary vvb .

****

Ale Ti voglio un casino di bene <3

****

vvb da impazzire baci CF.

****

pe sei bello !!!!!

****

Sei falso!!!

****

Uffyyyyyyyyy...20/10/12 ore:23:23 noiaaa appiccikata cn il ragazzo che mi piace!!Wàààà ma ke ciorta dell c***o!!

****

Sai m sn scocciata di soffrire vorrei ke il dolore passasse ma nn e cs ogni volta fa smp piu male :(

****

Da 2 mesi a qst la notte nn riesco piu a dormire xke penso a te t sogno smp sai mi sn scocciata di stare male kissa se anke tu stai cs cm me? T.a. By bunny

****

Tony maiello sei uniko!

****

E ti dirò qnt discorsi a vanvera farò solo x dirti e no nndirti che con te volerò ahh così farò ahhh e ke tu sia libero nel mondon!!

****

L'amore puo essere odio é amore l'amore non si puo scrivere ma lo devi creare col tuo cuore by bunny

****

Xkeeeeeeeee???Cosa xkeee?? Ahh scs xkwe si scem

****

X Giandomenico V tutte le mattine ti vedo giù la stazione e sei un bravo ragazzo scherzi, ridi con i tuoi amici e amike... Lo sai mi stai cominciando a piacere... Da una ragazza di torre

****

" ""Se tu fossi una lacrima io non piangerei x paura di perderti""

****

-Jim Morriso- by bunny"

****

Amiche da una vita mi fa capire all'improvviso che una mia parente le ha parlato male di me. Non chiedo ulteriori spiegazioni ma mi chiedo perche' sparla di me con la mia amica? Ovviamente la mia examica non e' tanto sincera e ha la coda di paglia in quanto dopo la rivelazione e' scomparsa. Non la considero una grande perdita visto che avevo gia' perdonato qualche precedente. Le persone cambiano e purtroppo spesso in peggio. Saluto tutti quelli che pur non essendo famosi diventano vittime del gossip (per dirla in maniera carina) o vittime della c.....a altrui se vogliamo essere piu' realisti. Ciao

****

25.10.12!!! Sette mesi d'amore!! Spero ke qst favola sia infinita...TI AMO CRISTIANO COME NON HO MAI FATTO IN TUTTA LA MIA VITA! <3 sarò tua per sempre... Marina

****

C.C. del Dico sei tanta roba!<3 <3<3

****

Adesso sn serena by bunny

****

AMORE MIO TRA POCO SONO 3 ANNI DI NOI NN VEDO L'ORA... SEI DIVENTATO IMPORTANTISSIMO NN VOGLIO PERDERTI X NESSUNA RAGIONE AL MONDO... CON TE MI SENTO UNA VERA PRINCIPESSA CON IL SUO REAME... TI PREGO NN LASCIARMI XKE IO NN LO FARO... CON TE VOGLIO PASSARE TT LA MIA VITA I MOMENTI BELLI E BRUTTI VOGLIO SPOSARMI E AVERE DEI BIMBI... TI AMOOOO... BY LA TUA POLPETTA

****

1a dell IPC SAN PAOLO SORRENTO!Hahaahahahaha k claxe di scemiiiiiii!!! Vi voglio bene ndalliati!Haha by una dll vostra classe

****
X s. c. che lavora al bar noir : quando ti vedo il mio cuore squaqquarea per te... hhahahhahaa
****
Mamma ke tempo :o b bunny
****
""""rifiutarsi d amare x paura di soffrire e come rifiutarsi di vivere x paura di morire""
****
Ciao BUNNY: sei una sgrammaticata!!
****
"X luigi e 2a ipc sorrento
****
Il tuo sorriso dolce cosi trasparente ke axxera tt il mondo e mi rikorda ke il coraggio nn e cm qst neve! Se mi innamorassi davvero saresti solo tu l'ultima notte al mondo la passerei con te!!!"
****
Cm difficile vederti anke in foto mi si tringe il cuore vedendoti e pensare ke nn ci 6 piu vicino a ,me a pensare ke vicino a te ci sara qualcunaltra vorrei poter tornare indietro e stare di nuovo cn ma qst nn e possibile t.a. By bunny
****
CIAO REDAZIONE POTETE METTERE QLKS SU TONY MAIELLOOOOO??? ANKE UN POSTER
YES
****
"Certificato di abbraccio! Mandalo a tutte le persone che meritano un abbraccio. Se ne ricevi 1: apriti! Cerca nuovi amici!
2: è un buon inizio!
3: sei un buon amico!
4: sei amato!
5 o di più: gli angeli ti sono intorno!
ATTENZIONE! se lo ignori il tuo grande amore ti odierà e avrai 400 giorni di sfortuna. Tra 4 giorni qualcuno che tu ami si farà sentire! Se rompi la catena sarai sfortunato per l'eternità! Allora... Mandalo a 11 persone. :)"
****
Cuori infranti e tradimenti, CHI HA INVENTATO I SENTIMENTI? TM<3
****
Tony maiello<3<3<3<3
i love you<3<3
****
"L'amore è l'insegnate più difficile da poter capiree.. Ti fa l'esame di matutitá e poi ti spiega la lezione.
****
1 bacio per sognare
2 per lasciarsi andare
3 giorni per amare
4 per farsi male
****
Toonnnyyy <3<3"
****
Sai vorrei essere un vampiro x venirti a tirare il sangue e farti sentire un dolore immenso é vedere mentre muori lentamente assaporando ancora il tuo sangue in bocca by bunny
****
"essere allegri non significa necessariamente essere felici, talvolta si ha voglia di ridere e scherzare per non sentire che dentro si ha voglia di piangere"
****
GIOVANNI D M (ipc sorrento)sei bellissimoooooooooooo!By una della tua claxxe
****
Ripenserai ankora a tutto il bene che ti ho dato solo e solamente iooo. ripenserai ankora a quanto il niente tuo x te fu tt e x sempre perso un pexxo di me e lo sai ke so stata troppo buonaaaaa ma ke stanka ormai nn poxxo piu!!!By sgaga
****
Mamma e nipotina mia vi adorooo. Antonio 6 la mia vitaaaa. Complimentissimi a tutta la redazione,siete insuperabiliii. Imma
Grazie ancora per tutti i complimenti che ci scrivete. Vi volgiamo bene.
****
La serata é stata una m...a xke con parenti ho visto dei filmini é c'eri pure e nn sn riuscita a trattenere le lacrime mamma mi manki tanto xke é successo proprio a noi ;(t.a. Bu bunny
****
Sul letto a pensare al tempo sprecato cn dei bastaardi...ps renato b sei stupendo sai bnissimo ki.....

Grazie ancora per tutti i complimenti che ci scrivete. Vi vogliamo bene.

positano news
La testata quotidiana
della Penisola Sorrentina
e Costiera Amalfitana.
In Campania la più vista dall'estero
con notizie tutti i giorni.
www.positanonews.it

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

IDEATOP

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

gadget da regalo:

TUTTI I PREZZI (GADGET DA REGALO) SI INTENDONO IVA INCLUSA

gadget pubblicitari:

stampa digitale su piccolo e grande formato:

Volantini 15x21 - 17x24
Pat. Gr 100 colori 4+4

Pz 5.000 € 120.00
Pz 10.000 € 160.00

Biglietti Visita f.to 5x8,5cm
Pat. Gr 300
plastificazione lucida

Pz 1.000 € 45.00 (stampa 1 lato)
Pz 1.000 € 65.00 (stampa 2 lati)

Manifesti 70x100cm
4 colori

Pz 100 € 170.00
Pz 250 € 195.00
Pz 500 € 270.00

Kit Calcio Zeus (maglia+pantaloncino) minimo 4pz
da € 13,00 compreso di stampa nome + numero

TUTTI I PREZZI SI INTENDONO IVA ESCLUSA - OFFERTE NON CUMULABILI CON ALTRE IN CORSO

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

BACHECA ANNUNCI

IMMOBILIARI

Capri affitta anche contratti lunghi **appartamento** di 2 locali più cucina, bagno e ripostiglio, 20mq di terrazzo, piano terra rialzato. Tel. 3386558298 chiamare dopo le 17.30

Fittasi box auto o come deposito di 45 mq a Piano di S.to € 400,00. Tel. 3395785905

Cedesi in fitto d'azienda, locale uso commerciale con licenza bar a Sorrento sul Corso Italia. No perditempo. Tel. 3387025155

Sorrento **fittasi deposito** di 95 mq in zona Santa Lucia. Tel. 3346666279

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

Affarissimo giardino mq. 1800 zona Arola accessibile con macchina. Tel. 3336357784

Vendesi Montecatini Terme (PT) **appartamento in centro** 100 mq, arredato e ristrutturato, 3 camere letto, 2 bagni, cucina abitabile, ripostiglio, non perditempo pagamento per contanti. Prezzo € 185.000,00. Tel. 3203506581

Piano di Sorrento **cedesi laboratorio artigianale** C3 a norma ASL, piastrellatto, trifase, pozzetto, arredo inox, ottimo per produzioni artigianali (pasticceria, cucina, limoncello..) e non (meccanico moto, azienda artigiana in generale) 50mq, 3 locali, fitto basso, no spese condominio. Tel. 3288331122

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. Tel. 0818087657oppure 3476166456

Insegnante in Penisola Sorrentina cerca, tra Marciano, Termini, Santa Maria Annunziata, **casa in affitto:** due camere, soggiorno, bagno, cucina e spazio all'aperto. Prezzo € 600,00 / 700, 00 massimo mensili. Tel. 0818780212 - 3381542958

Piano di Sorrento **fittasi locale laboratorio** artigianale C3 50 mq a norma ASL per produzioni alimentari, ottimo anche come officina moto o altro, canone 400 e/m previa piccola cessione. Tel. 3288331122

Affittasi piccoli appezzamenti di terreno da coltivare, zona Sant'Agata sui due Golfi, comodo accesso carrabile da strada principale. Tel. 3771555679

Vendesi terreno, zona Sant'Agata sui due Golfi, 10.000 mq con possibilità di realizzazione attività per la fruizione pubblica, comodo accesso carrabile da strada principale. € 150.000,00. Tel. 3771555679

Fittasi appartamento ristrutturato in palazzo signorile in Piano di Sorrento, Via Traversa Gottola, composto da cucina abitatile, camera da letto e bagno. Tel. 3383864109 - 3391590741 dalle ore 14: 00 in poi

---

Fittasi due vani termoautonomo senza condominio a 500 metri dal bivio di Seiano. Tel. 333 9329092

A poca distanza dalla fermata vesuviana nei vicoletti caratteristici di Piano di Sorrento vendo, causa non utilizzo, **monolocale piano terra**, rifinito ed arredato con piccolo cortile pertinenziale. Contattare (solo mattina) ultimo prezzo € 165.000,00 non trattabile. Pregasi chiamare solo se realmente interessati. Tel. 3471717416

Fittasi appartamento via Bagnulo Piano di Sorrento 90mq. Tel. 3398617463

Castellammare **fittasi appartamento** via sant'Andrea (terme nuove) composto da una camera da letto, cucina, bagno, posto auto ristrutturato, terzo piano senza ascensore, località Quisisana. Tel. 3349784701

Cerco bilocale in Sorrento possibilmente arredato massimo € 600,00 contratto regolare massima serietà. Tel. 3391866371

Vendersi **porzione di fabbricato** in località Montechiaro composto da 5 stanze su due livelli, con possibilità di fare 2 abitazioni di circa 90 mq, da ristrutturare con giardino davanti alla casa. Tel. 089811661

CORSI

Problemi con la matematica e le altre materie? Ragazza laureata impartisce lezioni private. Tel 3395094354

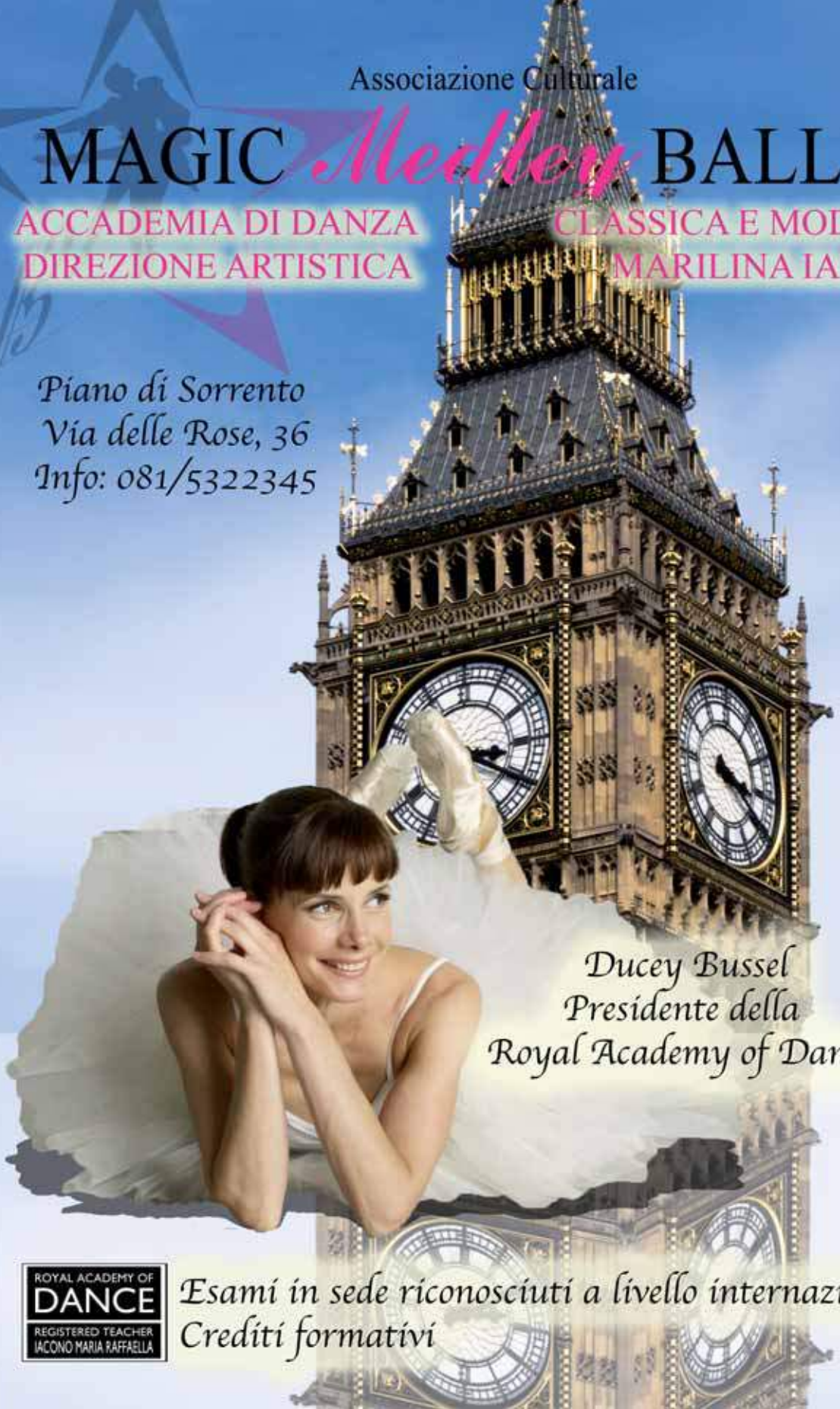
Lezioni di tedesco e francese a studenti medie e superiori. Tel. 3388323102

Associazione Culturale

MAGIC *Medley* BALLET

ACCADEMIA DI DANZA CLASSICA E MODERNA
DIREZIONE ARTISTICA MARILINA IACONO

Piano di Sorrento
Via delle Rose, 36
Info: 081/5322345



Ducey Bussel
Presidente della
Royal Academy of Dance

ROYAL ACADEMY OF DANCE
REGISTERED TEACHER
IACONO MARIA RAFFAELLA

Esami in sede riconosciuti a livello internazionale
Crediti formativi

PRO TOUCH intimo termico

PRO TOUCH

isolamento termico
(tessuto tecnologico progettato per trattenere il calore)

massima traspirazione
(lavorazione a maglia per una dispersione del sudore)

senza cuciture
(per limitare l'attrito e prevenire le irritazioni)

stop a batteri e cattivi odori

19,95 euro

solo nei negozi **INTERSPORT**

SkipperSport® INTERSPORT®
SPORT TO THE PEOPLE

eufòrie®

Corso Umberto I 14-18 • VICO EQUENSE • Tel. 081 8027652 • www.skippersport.com

Tuo figlio ha difficoltà nello svolgere i compiti da solo? **Laureata in biologia**, paziente con i bambini effettua lezioni per tutte le materie. Tel. 3392927100

Ragazza laureata impartisce **lezioni private di inglese** nella zona di Meta. Tel. 3387858898

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 oppure 3341344156

Professoressa **esperta in dizione** impartirebbe lezioni private. Tel. 0818787312

Laureata in Lingue all'Orientale **effettua traduzioni** spagnolo e inglese in qualsiasi argomento e in tempi brevi. Lunga esperienza nel settore. Ogni pagina da tradurre € 4,00. Tel. 3337105144

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

ELETTRONICA

Vendo proiettore per le partite larghezza quadro visivo 2 metri quadrati una parete, € 500,00. Tel. 3388922475

Cerco pc portatile usato a poco prezzo. Tel. 3343551988

Vendersi cellulare nuovo mai usato ancora nello scatolo con scontrino e garanzia modello Lg c_330 touch e anche con tastiera estraibile colore celeste prezzo € 75,00. Tel. 3334247044

VENDO Game Boy Advance SP grigio in ottime condizione a R. Tel. 3334543595

VENDO Game Boy Advance SP grigio in ottime condizione a € 25,00. Vendo anche separatamente i giochi Pokemon Zaffiro e Rossofuoco a € 7,00 l'uno. Tel. 3334543595

Compro cerco Play Station 3 funzionante con almeno un joistick a meno di € 100,00. Tel. 3337545109

Teleobiettivo mm. 55 Nikon per macchine fotografiche datate e flash elettronico vendo € 35,00. Tel. 3494721600

Vendo Play Station 2 funzionante come nuova con modifica. Compresa di 2 joystick di cui uno nuovo mai usato comprato pochi mesi fa' e poi in regalo un sacco di giochi. Vendo a € 50,0 poco trattabili. Tel. 3337545109

Vendo flash Canon Speedlite in ottimo stato comprensivo di borsetta (pagata a parte € 20,00 per un totale di € 220,00) a € 150,00 trattabili. Tel. 3663818557

Vendo gioco per DS Nintenogs originale a € 15,00. Tel. 3663818557

Vendo Amplificatore vintage SB-A25 toshiba a soli € 50,00.Tel. 3663818557

Ritiro computer rotti oppure semplicemente che non utilizzate (ovviamente solo gratuitamente). Tel. 3663818557

Fracarro antenna digitale terrestre mai montata vendo metà prezzo. Tel. 3383585861

Telesystem decoder digitale con ingresso smart card e funzione rec usb nuovo con garanzia vendo € 30,00. Tel. 3383585861

Vendo Lettore schede motion flash compact flash, pro duo, SD, micro SD. € 8,00. Tel. 3663818557

Tv Itt-Nokia serie professionale 34 pollici tubo catodico usato solo per montaggi video, vendo € 100,00. Assortimento di decoder, dvt telesystem anche con smart e antenne Fracarro Sigma combo hd. Tutto visibile in penisola sorrentina. Tel. 3383585861

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

Televisore Roadstar CTV-2050KT, schermo 20", vendesi. Tel. 3922192279

Vendo ad € 5,00 **modem esterno** per connessione internet tradizionale 56 kbps, compatibile servizi voice/fax. Tel. 3383727837

Vendo a € 5,00 coppia casse audio stereo AMPLIFICATE per personal computer. Tel. 3383727837

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

LAVORO

Studentessa universitaria cerca lavoro solo il fine settimana. Tel. 3394265468

Cerco lavoro come pulizie domestica . Tel. 3333234312

Cerco ragazza bella presenza dai 20 ai 35 per apertura paninoteca e bar. Tel. 3477069383

Parrucchiere massima serietà professionale offre propio servizio a domicilio con prezzi modici (SHAMPOO + Piega €8.00) - (taglio€10.00) - (colore €12.00). Tel. 3298834157

Cerco lavoro di pulizie in case alberghi e ovunque anche di notte vicino persone anziane. Tel. 33435551988

---

49 anni, dinamico, serio, bella presenza, esperienze lavorative: Postino e impiegato alle Poste Italiane e privati, addetto pulizie, bidello, volantinaggio, affissioni locandine, ora **cerca lavoro anche attinenti** ai lavori svolti, no vendite. Tel. 3282512532

Cerco lavoro come baby sitter, sono una persona responsabile e con esperienza. contatti chiamare al 3318945155 zona penisola Sorrentina

---

Sarta effettua aggiusti anche per negozi,alberghi etc. Tel. 3338591725

Cerco lavoro come collaboratrice domestica sono una ragazza brava e affidabile. Non ve ne pentirete. In Penisola Sorrentina. Tel. 3318945155

Ragazzo serio effettua **riparazioni di infissi** in alluminio, zanzariere, serrature e vetri da sostituire ecc. Anche per porte di legno, o per montare bracci per tende. Oppure mi offro anche per lavorare e fare qualcosa tutte le domeniche. Tel. 3663648811

PER TUTTE LE MAMME: **Se non hai a chi lasciare il tuo bambino** me ne occupo io: ho 32 anni e sono sposata. Chiama con fiducia, sono disponibile la mattina (NO DOMENICA). 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

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

Cercasi ragazza per distribuzione di volantini, zona Pompei, Scafati, Castellammare, Vico Equense, Casola, Lettere, altri comuni Sorrento a Pagani. non perditempo € 25,00 al giorno per 8 ore di distribuzione. Tel. 3203506581

Sono una Signora 40enne SERIA ed AFFIDABILE **CERCO IMBARCO per prossima stagione** come CUOCA e HOSTESS di BORDO 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, della gestione totale della cucina e della cambusa 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

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

Sig.ra italiana con ottime referenze **lava e stira a domicilio**. € 10,00 all'ora. Tel. 3317356816

Signora serie e referenziata qualificata OSA **cerca lavoro come aiuto domestico** o assistenza disabili e anziani. Massima serietà. Tel. 3402958689

Cercasi n. 2 Addette alla vendita per apertura nuovo negozio , bella presenza anche prima esperienza ,iscrizione al collocamento. Tel. 0818071794

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

META: Hai problemi nell'accompagnare e prendere il tuo bimbo da scuola? Il pulmino non passa da casa tua? Il tuo orario di lavoro non coincide con la scuola? **Sono a disposizione con la mia macchina** per i bimbi ed eventualmente anche per qualche ora durante la giornata. Sono di Meta, patentata da più di dieci anni, mamma di un bimbo di 9 e lavoro in albergo. Contattatemi per qualsiasi domanda, sono a vostra disposizione. Prezzi molto molto modici! Tel. 3393324770

Ragazzo 23 anni, volenteroso e con massima serietà, **cerca lavoro** sia part - time che full - time. Tel. 3358228629

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

GIALEAN - Azienda leader nel settore della cosmesi naturale **cerca collaboratori e collaboratrici** per presentare la sua linea di prodotti per tutta la famiglia con ottimo rapporto qualità - prezzo. Tel. 3393318486

Cerco lavoro come esperta collaboratirice domestica part-time in zona penisola sorrentina. Referenziata. No perditempo. Tel. 3884029340

Docente materie letterarie effettua **preparazioni e doposcuola** in tutte le materie per le scuole medie inferiori e in latino, italiano, storia, filosofia, geografia, inglese per le scuole superiori. Pagamento mensile, modico e forfettario. Si accettano prenotazioni per quest' anno scolastico. Ambiente professionale ma familiare. Zona Piano di Sorrento. Tel. 3384938278

Migliora la tua vita con **un'attività part-time** da poche ore a settimana nella zona che scegli tu e con ampie possibilità di carriera. Possibilità di collaborazione anche per il solo periodo invernale. Tel. 0815322828 dalle ore 10:00 alle 12:00 e dalle ore 16:00 alle 18:00

Pronto intervento idraulico in giornata, prezzi modici. Tel. 3338551145

Signora 50 anni italiana **cerca lavoro** come babysitter, badante anziani, lavapiatti o stiro, disponibile anche per extrain ristoranti o alberghi. Tel. 3381093267

Cerco lavoro come cameriera ai piani, aiuto in cucina o lavapiatti in penisola sorrentina. Tel. 3312627243

Educatrice casa famiglia e operatrice asilo nido terrebbe a proprio domicilio bambini da 6 mesi a 6 anni dalle 9:00 alle 13:00 in un ambiente accomodante. Tel. 3347748670

MOTORI

Vendo cambio Lancia Phedra 2000 jtd, 5 marce. Prezzo € 500,00. Tel. 3929529333

Vendo motorino Sh 150 4 anni di vita nuovo usato pochissimo € 2.000,00. Tel. 3388922475

Vendo Beverly 250 ottime condizioni vero affare. Tel. 3343285825

Vendo moto Kawasaki z750 nera anno 2007 come nuova, vendo causa inutilizzo. Dotata di antifurto. 25000 km. Contattare solo se realmente interessati. Tel. 3207178976

Vendo Beverly 300 ie,maggio 2010,ha 2900 km,doppio parabrezza,batteria nuova, ruote quasi nuove, colore bianco perla. € 2.650,00. Vendo per passaggio a cilindrata superiore (magari yamaha xt 660). Tel. 3334867306

Vendo vespa 50 special anno 1975 come nuova ad € 2.100,00. Tel. 3929529333

Vendesi auto Lancia Y Elefantino. Km effettivi 43000. Tenuta sempre in garage. Tel. 3346666279

Vendesi Renault Twingo 1200 benzina anno 2002 km 75000 circa, sedili in pelle, tettuccio panoramico, stereo mp3, vendo per inutilizzo a € 1.000,00 compreso passaggio di proprietà. Tel. 3343867010 - 0818772543

Vendesi Mercedes e 220 diesel, automatica, anno1996, 220000 km, buone condizioni, consuma poco. Tel. 3203506581

Vendesi Go kart 100 lgk - sonik 2009, vendesi € 2.500,00 permuto con Smart euro 4 o moto dal 2004 carenata. Tel. 3203506581

Ford fiesta 1.2, dicembre '99, km 105000, 5 porte, airbag, abs, asr, clima, servosterzo, gomme e distribuzione ok, sempre tagli andata, visibile in penisola sorrentina, uniproprietaria non fumatrice, vende € 1000,00. Tel. 3383585861

VARIE

Vendo Monster trak 1:8 a scoppio come nuovo con eventuali Ricambi ad € 450,00. Tel. 3929529333

Triumph Historic riedizione originale del '66 rossa decapottabile due posti cc. 2000 sullo stile delle prime Morgan anni '50. Vendo €. 20.000,00 anche parte permuta. Tel. 3336934881

Cerco in regalo vestitini in buono stato per bimbo di 2 e 1 anno. Tel. 3348558977

Vendo mobile Ikea 1.5 largo e 1.8 alto. Tel. 3332783723

VENDO piastra arricciacapelli mai usata, nuovissima a € 25,oo. Tel. 3334543595

VENDO giubbotto Monnalisa bianco, taglia 12 anni, nuovissimo. Tel. 3334543595

VENDO KIT DEI ONE DIRECTION che comprende: borsellino, spillette di tutti i componenti, dvd dell'Up All Night Live Tour in lingua inglese, libro con foto e interviste esclusive in lingua inglese. Tutto comprato a Londra! A soli € 35,00, in omaggio anche il poster di Harry! Tel. 3334543595

Vendo causa taglia errata giubbotto da moto invernale sportivo, tessuto antiabrasione, colore bianco/blu/nero, chiusura ai polsi con strap regolabili, taglia XXL, prezzo € 25,00. Tel. 3383727837

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

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

Vendo bellissimi orecchini, bracciali e collane di pietra dura fatti a mano, tanti colori e modelli un ottima idea regalo prezzi convenienti, per info e foto, possibilita di toccare con mano contattare maria.grazia88@hotmail.it

---

Vendo Dvd: Lamù 31 dvd € 60,00; Lady Oscar 20 dvd € 60,00; Holly e Banjy € 70,00 euro, OC prima e seconda stagione € 15,00 caduno; dvd € 5,00 caduno "I pirati dei caraibi", "Prova a volare" con Riccardo Scamarcio "Tre metri sopra il cielo", "Ho voglia di te", "Scusa ma ti chiamo amore", "Una scatenata dozzina", "L'ultimo bacio", "Notte prima degli esami", "Notte prima degli esami oggi", "Annare" film con Gigi d'Alessio; Troy Albun The Oc completo più poster € 20,00; Album Oc terza stagione mancano 14 figurine, più poster €15,00 Album Smalleville completo € 20,00. Contattare maria.grazia88@hotmail. it

---

Lavaggio per pellicce, il ritiro anche al tuo domicilio, per ritiro capi a casa tua. Tel. 3203506581

Volo in elicottero, foto, riprese tv, matrimoni, comunioni, etc. Tel. 3203506581

Vendesi giubbotto in pelle nuovo donna tg 42 - 44 a € 110,00 consegna a domicilio. Tel. 3203506581

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

Vendesi olio e vino. Produzione propria. Tel. 3317356816

Vendo Community Web come Facebook / Netlog (messaggeria, forum, blog, pag.pers. chat, mercatino, banner, shopping, statistiche, area ris. etc) ottimi guadagni ed occasione di lavoro autonomo / imprenditoriale, facile da gestire da qualsiasi pc anche da casa. Tel. ore serali 3398687559

Meta di Sorrento, per cambio abitazione **vendo arredamento completo** in ottimo stato (cucina, letto, soggiorno, parete attrezzata). In blocco € 1.500,00 separatamente prezzi da concordare ma comunque quasi regalo, VERO AFFARE. Tel. 0818788559 - 338 92 07 896

Cerco zona Sorrento **appassionati gioco del Subbuteo**, per partite ore serali. nunpas@libero.it

---

Compro mobili antichi ed oggetti antichi (non modernariato) . Massima valutazione. Competenza e discrezione. Tel. 3338612028

Cerco studenti/esse (di età compresa tra i 18 e i 35 anni) a cui somministrare una batteria di test sulla memoria per una ricerca di prossima pubblicazione. In cambio di mezz'ora del vostro tempo riceverete ricariche telefoniche o buoni carburante. Tel. 3343626826

---

2 Macchine da scrivere Olivetti lettera 32, vendesi Tel. 3922192279

Beethoven 9 Symphonien Von Karajan Berliner Philharmoniker 8 Lp 33 giri - Etichetta Deutsche Grammophon - Anno 1977 - Cofanetto, libretto e vinili nuovissimi. Tel. 3922192279

Vendesi macchina per maglieria Passap duomatic 80 € 400,00 trattabili. Tel.3403020561

Diamonica Bontempi, vendesi. Tel. 3922192279

---

118 pastori, varie dimensioni vendesi in blocco. Tel. 3922192279

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
CORNETTI CALDI
TUTTE LE SERE

BAR
CAFFÈ DEL PROFESSORE

SALA INTERNA
CONSEGNA A DOMICILIO
Via Cavone, 27 - Piano di Sorrento - Tel. 0815341054

PEUGEOT SCOOTERS
SYM

Acquistando uno di questi veicoli
riceverai un buono acquisto di

Tweet
50/125/150

Symphony
50/125/150

€ 200,00
da spendere presso
la nostra concessionaria.

Offerta valida fino al
30.11.2012

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

Marco vorrebbe convertire il suo oro in denaro, ma è un pò timoroso di entrare da OROCASH. Decide di farsi coraggio ed entrare, trovando un ambiente estremamente discreto con personale disponibile e simpatico.

Marco cambia finalmente il suo oro in denaro, potendosi così permettere il tanto sospirato viaggio sulle spiaggie dorate dei mari caraibici, per un lungo periodo di relax.

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

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

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

30 monete prodotte dalla Gazzetta dello sport su 30 grandi miti del Giro d'Italia. Ogni moneta è ancora sigillata nella confezione originale. In più libro per contenere le monete. Collezione completa. Tel. 3922192279

Leuci - Reflector R 80 per fontane smerigliata 60 watt 24 V R 80 E27. Quantità: 50 pezzi Tel. 3922192279

Guerin Sportivo dal 07/09/1994 al 22/05/1996 in perfette condizioni e completi di film del campionato, allegati, poster, supplementi ed inserti. 77 numeri. Vendesi in blocco. Tel. 3922192279

Dischi in vinile vendesi Tel. 3922192279

Lampada Beghelli ricaricabile Maya Vip 2, vendesi. Tel. 3922192279

Vetro di Murano - La Murrina: 1 lampadario roselline /S ø68 ambra + 1 applique roselline A ø38 ambra. Tel. 3922192279

Il Mattino, **enciclopedia La Storia Universale** – Dalla preistoria e prime civiltà ai nostri giorni + Indice di consultazione – 16 volumi. Completa e nuovissima Tel. 3922192279

L'arte moderna - Dal postimpressionismo e seguenti - 40 volumi - Fabbri editore - Anno 1967, vendesi. Tel. 3922192279

Maria Callas - Carmen di Georges Bizet - Andrea Guiot, Nicolai, Gedda - 3 Lp 33 giri Anno 1977 nuovissimi e mai usati, vendesi Tel. 3922192279

Batik indonesiano 40 cm x 60 cm, vendesi Tel. 3922192279

Calciatori Panini – Edizioni per la Gazzetta dello Sport 44 album (dal 1960 – 61 al 2003 – 04) ancora cellophanati, nuovissimi con la bustina di figurine per il Superalbum + 1 Superalbum + 1 Indice + 14 Almanacchi illustrati del calcio la cronistoria dei Campionati + 1 Almanacco illustrato la cronistoria della Coppa Italia + 1 Almanacco illustrato la cronistoria della Coppa dei Campioni. Collezione completa e nuovissima. Tel. 3922192279

Casse Sony speaker system modello n. SS-VX55B. Tel. 3922192279

Vendo forno elettrico Moretti per pizze capienza 6 pizze con pietra lavica usato solo un anno € 2.000,00. Tel. 3397909288

Cedesi avviata attività trattoria pizzeria in Sorrento centrale. Tel. 3488803876

Cinema e Film - La meravigliosa storia dell'arte cinematografica - A cura di Tommaso Chiaretti e Luciano Lucignani - Volumi 8 - Armando Curcio Editore, vendesi - Tel. 3922192279

---

1 coppia statuine B BR B-oro altezza cm. 33 Ballarin – Murano. Tel. 3922192279

Storia d'Italia di Indro Montanelli - Rizzoli editore - Anno 1979 - 8 volumi. Mai usata. Tel. 3922192279

La Bibbia - Edizione speciale per Tv Sorrisi e Canzoni Volumi 18 Anno 2006 Mondadori editore. Nuovissima - Tel. 3922192279

La Gazzetta dello Sport - 110 anni di gloria - 31 volumi dal 1896 al 2006 + Indici. Collezione completa e nuovissima, vendesi Tel. 3922192279

Storia della letteratura italiana - Editore Garzanti - Direttori Emilio Cecchi e Natalino Sapegno 1965 Volumi 9, vendesi Tel. 3922192279

Per collezionisti (o da esporre in bar e locali): **vendo lattina 33cl di Acqua tonica** con grafica speciale di RADIO KISS KISS, realizzata in occasione dell'Americàs Cup a Napoli. Prezzo € 5,00. Tel. 3383727837

Vendo completo blu scuro da uomo (giacca e pantalone) in lana, caldo ed elegante, taglia M, giacca Stefanel, pantalone Sisley, € 15,00 per singolo capo, € 25,00 insieme. Tel. 3383727837

Vendesi tavolo in cristallo da soggiorno e piani in vimini scuro e cristalli fumè. € 100,00. - Tel. 3297624357

Vendesi tappeto Persiano provenienza Iran certificato 262x165cm Nain reale finissimo con sete. € 1.200,00 - Tel. 3297624357

Vendesi carrello in vimini e bambù. Prezzo affare € 100,00. Tel. 3297624357

Gli annunci gratuiti su **LeggimiGratis** sono riservati esclusivamente ai privati. Tutte le attività commerciali, di servizi o singoli professionisti che vorranno utilizzare questo mezzo per fini commerciali possono rivolgersi alla redazione per prendere opportuni accordi. **LeggimiGratis** offre un servizio gratuito per cui non riceve compensi sulle contrattazioni e declina ogni responsabilità per quanto attiene alla provenienza e veridicità delle inserzioni. Gli inserzionisti sono tenuti a garantire la regolarità e la assoluta veridicità di quanto pubblicato, con la specifica assunzione di responsabilità in ordine all'ottemperanza di tutte le prescrizioni di legge, compresa la legittima titolarità di tutti i requisiti quali: autorizzazioni, licenze, concessioni, 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.

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

6 Novembre
2 Dicembre

ACQUA&

PIAZZA DELLA REPUBBLICA -

€ 6.90 **-30 %**

~~€ 0.00~~

AIR WICK FRESHMATIC RICARICA DIFFUSORE ELETTRICO ASSORTITO
000 ml. € 00,00/lt

€ 9.90 **-23 %**

~~€ 12.90~~

IN OMAGGIO
SACCA PORTASCARPE AIRWICK 30x40 cm
all'acquisto di 1 KIT FILTER&FRESH AIRWICK

new

VISTO IN TV

AIRWICK FILTER & FRESH KIT DEODORANTE

€ 0.99 **-33 %**

~~€ 1.48~~

MAISON DES FRAGRANCES
PROFUMO PER AMBIENTE ASSORTITI 250 ml. € 3,96/lt

20 ANNI
ACQUA & SAPONE

GRANDE CONCORSO NAZIONALE

PER I NOSTRI 20 ANNI ASPETTATEVI UN REGALO.

Dal 1 ottobre al 30 novembre 2012
acquistando contestualmente due diversi prodotti P&G
(in un unico scontrino)
riceverete subito una cartolina "cancella e vinci".
Grattate e scoprite se avete vinto: il premio già vi aspetta!
E se non avete vinto uno dei premi immediati?
Ritentate la fortuna: collegatevi al sito www.acquaesapone.it
o alla pagina Facebook 20 ANNIACQUAESAPONE:
inserite i vostri dati e gli estremi dello scontrino richiesti.
Entro il 31 gennaio 2013 verrà estratto a sorte il premio finale
e potreste essere voi i fortunati vincitori
della splendida Alfa Romeo Giulietta in palio
o di un altro dei fantastici premi eventualmente non assegnati
con il sistema cancella e vinci!

SAPONE®

Sfoglia il volantino su
www.acquaesapone.it

SEGUICI ANCHE SU: FACEBOOK

PIANO DI SORRENTO - DOMENICA APERTO DALLE 9.30 - 13.00

€0.99 -43% — ~~€1.35~~

JOHNSON'S NATURA MORBIDA
SAPONE LIQUIDO IDRATANTE
250 ml. - € 3,98/lt

€0.99 -38% — ~~€1.60~~

FRESH&CLEAN
SAPONE GEL ALLA FRUTTA
ASSORTITO
300 ml. - € 3,30/lt

€0.99 -43% — ~~€1.35~~

BADEDAS
RICARICA SAPONE LIQUIDO
IGIENIZZANTE/RINFRESCANTE
500 ml. - € 1,98/lt

€0.99 -50% — ~~€1.98~~

DOVE RICARICA SAPONE LIQUIDO
IDRATANTE/SO FRESH
500 ml. - € 1,98/lt

DAL 1 OTTOBRE AL 30 NOVEMBRE ACQUISTA 2 DIVERSI PRODOTTI P&G RICEVERAI LA CARTOLINA DA GRATTARE!

VINCITA IMMEDIATA
20 NUOVO IPAD 4G WI-FI 32GB

VINCITA IMMEDIATA
20 SCOOTER SCARABEO 50 4T

AD ESTRAZIONE FINALE
ALFA ROMEO GIULIETTA

20 KIT COLAZIONE ELECTROLUX

VINCITA IMMEDIATA
20 BICI ELETTRICHE MASCIAGHI

VINCITA IMMEDIATA
20 BUONI SPESA ACQUA&SAPONE DA 200 EURO

IL BOX

"Il Box" è la rubrica di LeggimiGratis dedicata a quanti vogliono conoscere nuove persone, instaurare nuove amicizie, formare una comitiva, e, perché no, trovare l'anima gemella. Qui troveranno spazio i vostri messaggi.

COMPILATE LA SCHEDA ALLEGATA, SEGUENDO LE INDICAZIONI E PORTATELA IN REDAZIONE.

NICK **ANTONIO** ANNI **59** SESSO **M**

LA MIA DESCRIZIONE
Alto, bella presenza, simpatico e giovanile

COME CONTATTARMI
3389473593

HOBBY E INTERESSI
Amo il ballo, la natura e gli animali

IL MIO BOX
Cerco una compagna per una relazione seria e duratura

NICK **NELLO** ANNI **33** SESSO **M**

LA MIA DESCRIZIONE
Ragazzo bruno, simpatico, allegro e solare

COME CONTATTARMI
3385927789
profondorosso.78@libero.it

HOBBY E INTERESSI
Amo il mare, stare in compagnia, viaggiare ed ascoltare musica

IL MIO BOX
Cerco una ragazza massimo 30enne, sincera e onesta per un rapporto serio e duraturo.

Nick:_____

Sesso _____ Anni: _____

Come contattarmi:_____

La mia descrizione:_____

_____

Hobby e interessi:_____

Il mio box:_____

Dati necessari alla redazione che non verranno pubblicati:

Nome e cognome*_____

Indirizzo*:_____

Città _____

Recapiti telefonici*: _____ E-mail*_____

DICHIARO DI AVERE PIÙ DI 18 ANNI.

Acconsento all'invio e uso dei miei dati personali in base alla legge 196/2003

firma _____

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

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

SVAGO

SUDOKU

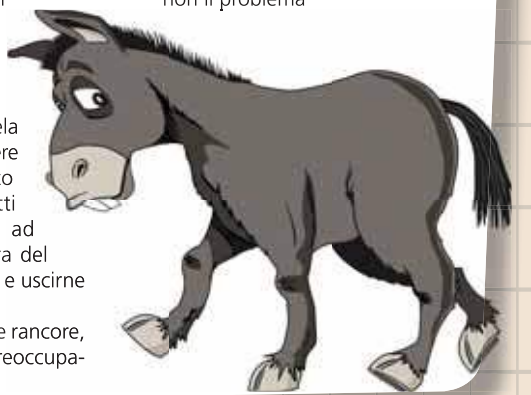
9					2			6
7					9	5		
	4				6			8
		4		6	1		7	
	3	7						
	6		2	3		4		1
			5				8	4
8		3		2				
	2	5			8			9

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

LA STORIA DELL'ASINELLO

Un giorno l'asino di un contadino cadde in un pozzo. Non si era fatto male, ma non poteva più uscirne. L'asino continuò a ragliare sonoramente per ore, mentre il proprietario pensava al da farsi. Finalmente il contadino prese una decisione crudele: concluse che l'asino era ormai molto vecchio e che non serviva più a nulla, che il pozzo era ormai secco e che in qualche modo bisognava chiuderlo. Non valeva pertanto la pena di sforzarsi per tirare fuori l'animale dal pozzo. Al contrario chiamò i suoi vicini perché lo aiutassero a seppellire vivo l'asino. Ognuno di loro prese un badile e cominciò a buttare palate di terra dentro il pozzo. L'asino non tardò a rendersi conto di quello che stavano facendo con lui e pianse disperatamente. Poi, con gran sorpresa di tutti, dopo un certo numero di palate di terra, l'asino rimase quieto. Il contadino alla fine guardò verso il fondo del pozzo e rimase sorpreso da quello che vide… Ad ogni palata di terra che gli cadeva addosso, l'asino se ne liberava, scrollandosela dalla groppa, facendola cadere e salendoci sopra. In questo modo, in poco tempo, tutti videro come l'asino riuscì ad arrivare fino all'imboccatura del pozzo, oltrepassare il bordo e uscirne trottando.

Perciò: Non reagire ad odio e rancore, libera la tua mente dalle preoccupazioni, semplifica la tua vita, dai di più e aspettati di meno, amati di più e accetta la terra che ti tirano addosso, poiché essa costituisce la soluzione e non il problema



4 Bit

VENDITA E ASSISTENZA PC

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

NOTEBOOK HP 630

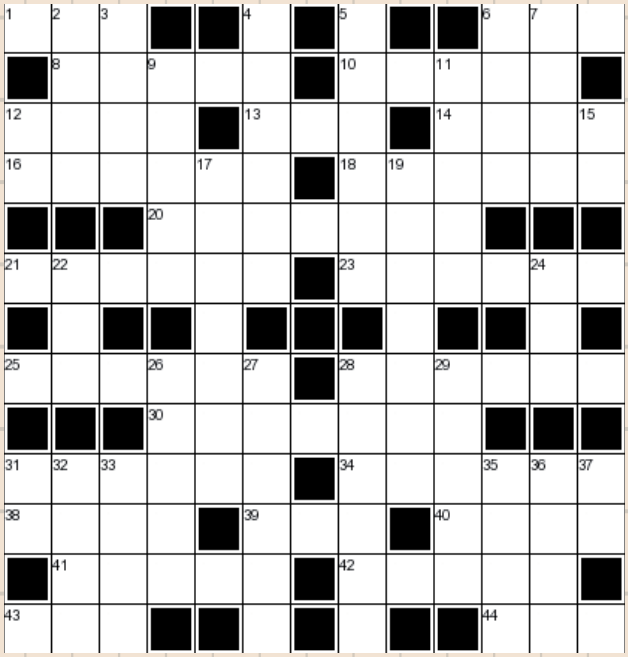
INTEL B815 RAM 8GB
HD 500 - LED 15,6
SO LINUX

€ 399

Vieni a scoprire il nuovo

Windows® 8

CRUCIVERBA



ORIZZONTALI

3. "Knock-out" in breve - **6.** Sinonimo di media mobile semplice - **8.** Conia monete - **10.** Il Ken de i racconti del cuscino - **12.** Carattere di stampa - **13.** Effetto speciale ottenuto mediante la ripresa di una scenografia dipinta su vetro - **14.** Santo patrono di Pavia - **16.** Manfred, campione italiano di sci - **18.** In alcune specie d'insetti - **20.** Monumento sull'acropoli ateniese - **21.** Quello supremo si riunisce nella città di Mosca - **23.** Strumenti da lavoro - **25.** Città dell'Arizona - **28.** Aspettato, desiderato - **30.** Il biliardino che può andare in tilt - **31.** Una vicenda a episodi - **34.** Cretino, ebete - **38.** Composizione vocale romantica tedesca - **39.** La Ray partner di Jackson nel video Thriller - **40.** Rotazione - **41.** Associazione Nazionale Attività Regionali Teatrali - **42.** Arrabbiatissima - **43.** Sono cari quelli di famiglia - **44.** American Medical Association

VERTICALI

2. Completa inattività - **3.** Lo fa se emana lieve calore - **4.** Dono, oggettino - **5.** Casa automobilistica giapponese - **6.** Gabbie pe uccelli - **7.** Il nome del celebre pittore Chagall - **9.** Un pronome dimostrativo - **11.** Con Martin era l'auto di James Bond - **12.** Kitman in centro - **15.** Aminoacidi in centro - **17.** In una gabbia, ciascuna delle asticelle di legno o di metallo che non formano le pareti - **19.** Danese padre dell'elettromagnetismo - **22.** Organization Of African Unity - **24.** Precede Alamos e Angeles - **26.** Attacco, cimento - **27.** Lo sono molti ugandesi e sudanesi - **28.** Chi ha cura delle api - **29.** Nell'età classica, cocchio tirato da tre cavalli - **31.** Le prime di slitta - **32.** La Rai di altri tempi - **33.** I filtri umani - **35.** Prefettura e capoluogo giapponese - **36.** Ha parecchie fermate in città - **37.** Fine di Menelao

CRUCIPUZZLE

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

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

CAIO
RIVA
ALTI
RUPE
ARSE
SECO
MOON
VOGA

CLUB
RAYON
YPSILON
CIASCUN
ABBIADA
PROPOSTE
FRATTALE
IDIOTICO

STEFANESE
GRATIFICARE
VITICOLTORE
DISTRUTTIVO
FALSOBRACCIO

RADA
DATA
LODE
MEAD
CLOU
SCENA
UTILE
RAMNO

OVALA
SCIFI
TONALI
COSINA
MUSCHIO
TROCLEA
CAUCCIU
IPERONI

PIANURE
PERIMETRI
SDOGANAVA
ROSICCHIARE
CARBURATORE
RISOLUZIONE
FAVORITISMO
ANTIMATERIA

McKINLEY micropile antipilling

McKINLEY

- tessuto termico antipilling
- naturalmente elastico
- traspirante
- disponibile in diverse varianti colore per uomo donna e bambino

9,95 euro

solo nei negozi **INTERSPORT**

SkipperSport® INTERSPORT® SPORT TO THE PEOPLE

euforie

Corso Umberto I 14-18 • VICO EQUENSE • Tel. 081 8027652 • www.skippersport.com

KIDS CORNER

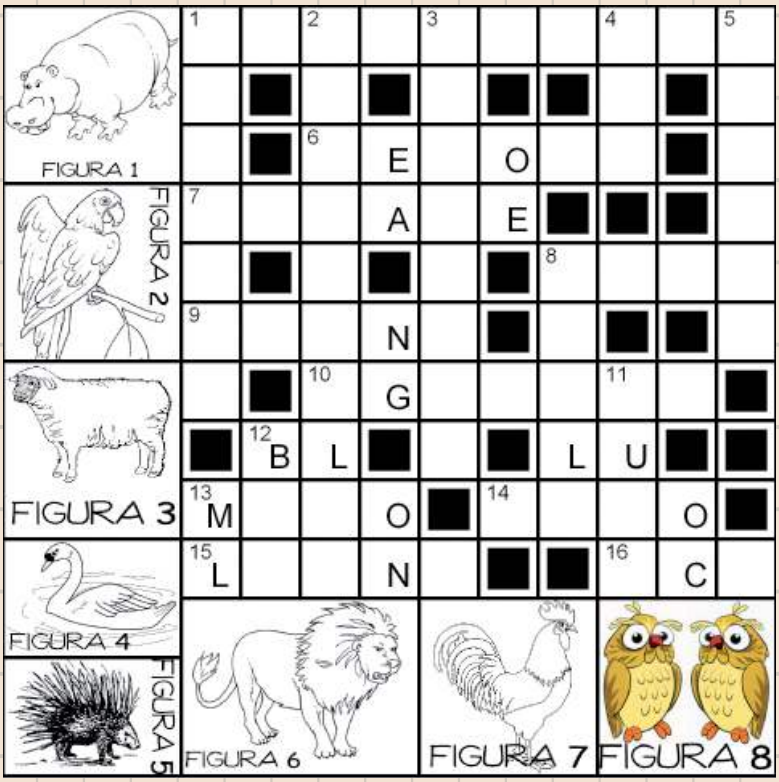
CRUCIVERBA

ORIZZONTALI

1. Figura 1 – **6.** Figura 3 – **7.** Uccello come il falco e l'aquila – **8.** Figura 8 – **9.** Elegante uccello bianco – **10.** Il figlio del 6 orizzontale e della figura 3 – **12.** No Clue – **13**. Asino, somaro – **14.** Piace al gatto – **15.** Figura 6 – **16.** Figura 4.

VERTICALI

1. Figura 5 – **2.** Figura 2 – **3.** E' comune in città – **4.** Serve per volare – **5.** E' molto simile alla foca – **8.** Figura 7 – **11.** Carnivoro delle favole – **12.** Con l'asinello nel Presepe.



TROVA LE 9 DIFFERENZE

Consulente
Patrocinatore stragiudiziale

Giuseppe Ferraiuolo

- Infortunistica stradale
- Malasanità
- Recupero danni da incendio
- Disservizi Telefonia, Gas, Acqua, ecc.
- Vacanza rovinata, ritardo/soppressione voli e treni
- Smarrimento bagagli
- Infortunio sul lavoro

Cell. 339 21 80 890 - 333 61 13 975
e-mail: giuseppeferraiuolo88@libero.it

CONSULENZA A DOMICILIO GRATUITA

CRUCIPUZZLE FREDDOLOSO

A	L	L	E	T	E	R	B
C	A	O	O	L	A	R	O
B	O	R	C	D	I	I	C
B	R	A	N	C	O	A	U
R	B	R	I	N	A	R	R
A	I	O	C	C	O	R	B
V	L	O	T	T	U	R	B
A	B	R	E	T	O	N	E

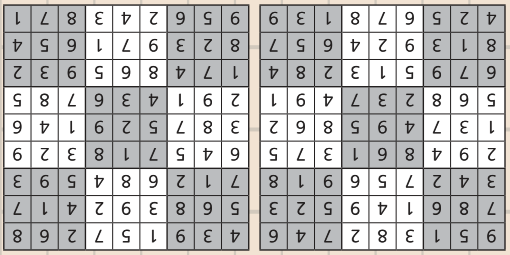
Tante parole con le lettere BR e una soluzione tutt'altro che fredda!

_ _ _ _ _ _ _ _

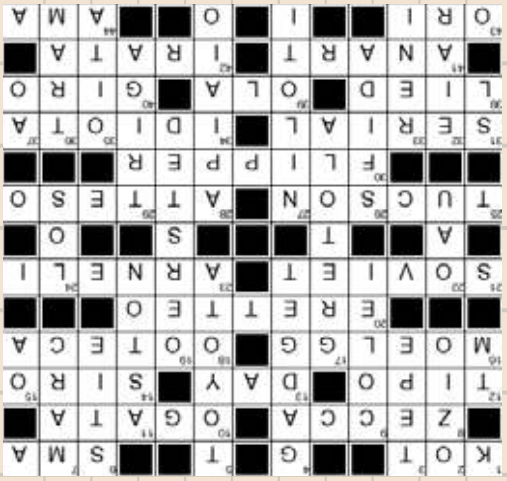
BRODO
BROCCO
BRAVA
BRUCO
BRACCO
BRICIOLA
BRINA
LIBRO
BRETONE
BRUTTO
BRETELLA
BRANCO

SOLUZIONI

SUDOKU



CRUCIVERBA



CRUCIPUZZLE

CRUCIPUZZLE FREDDOLOSO
Calabria

CRUCIVERBA

KIDS CORNER

si cantare
studio
PROFESSIONALE
dicanto
fà musica della tua voce
Iscrizioni aperte
per l'anno 2012-2013
SI CANTARE, via Crawford 55, Sant'Agnello
Seguici su
www.sicantare.it
info 338 8867980

"L'amore non è bello se non è litigarello", dice il proverbio! A volte, una bella litigata serve a ritrovare l'equilibrio e l'armonia nella vita di coppia. A condizione di non esagerare e di saper trarre un insegnamento costruttivo dai battibecchi con il partner. Ma tu e il tuo caro, siete bravi a litigare? I bisticci fanno bene alla vostra relazione? Scoprilo facendo il test!

QUANTO SIETE BRAVI A LITIGARE?

1 IERI SERA HAI AVUTO UNA BRUTTA LITE CON IL TUO PARTNER, CON CHI TI CONFIDI?

A Con tua madre, la chiami appena arrivata a lavoro. ***4 punti***
B Con i/le tuoi/tue amici/che davanti a un aperitivo. ***2 punti***
C Con nessuno, ti chiudi in te stesso/a e rimugini. ***3 punti***
D Al tuo psicologo, durante un consulto d'emergenza. ***1 punto***

2 COSA GLI RIMPROVERI PIU' SPESSO?

A Di non ascoltarti quando le/gli racconti qualcosa d'importante. ***2 punti***
B Di non essere abbastanza espansiva/o in pubblico. ***4 punti***
C Di avere un caratteraccio ed essere un egoista. ***3 punti***
D Di non essere capace di sorprenderti. ***1 punto***

3 TU E IL TUO PARTNER LITIGATE:

A Almeno una volta al giorno. ***1 punto***
B Una o due volte alla settimana. ***2 punti***
C Una o due volte al mese. ***3 punti***
D Meno di una volta al mese. ***4 punti***

4 DURANTE UNA BRUTTA LITE, AL CULMINE DELLA RABBIA, LA/IL TUO PARTNER TI DA UNO SCHIAFFO. COME REAGISCI?

A Inizi a urlarle/gli che è violenta/o, che dovrebbe essere rinchiusa/o! ***1 punt***
B Le/Gli lanci un'occhiata glaciale e te ne vai senza dire una parola. ***3 punti***
C La/o schiaffeggi a tua volta. ***2 punti***
D Chiami la polizia. ***4 punti***

5 SECONDO TE, IN UNA COPPIA UN LITIGIO E':

A La prova dell'esistenza di un problema di comunicazione passeggero che bisogna risolvere. ***1 punto***
B Un buon modo per ravvivare il fuoco della passione. ***2 punti***
C Il segno che la fine della coppia è vicina. ***4 punti***
D Essenziale per ritrovare gli equilibri e l'armonia di tanto in tanto. ***3 punti***

6 QUALI ARGOMENTI SUSCITANO PIU' SPESSO LE VOSTRE LITI?

A I vostri ex. ***2 punti***
B I suoceri. ***3 punti***
C Il futuro. ***1 punto***
D Le faccende di casa. ***4 punti***

7 ARRIVA L'ESTATE, E' TEMPO DI PENSARE ALLE VACANZE. COME VI ORGANIZZATE:

A Decidete insieme, considerando i pro e i contro delle diverse destinazioni possibili. ***1 punto***
B Per una volta, ti aspetti che se ne occupi lei/lui. Organizzi sempre tutto tu! ***3 punti***
C Sarà una dura lotta! ***4 punti***
D Inizi a fare le tue ricerche su Internet, per non essere preso/a alla sprovvista. ***2 punti***

8 TI PIACE QUANDO LEI/ LUI TI DICE...

A Mi fai ridere. ***3 punti***
B Tu sì che sai parlare alla gente. ***2 punti***
C La tua determinazione mi affascina. ***1 punti***
D Incredibile, sei davvero l'uomo/ la donna che ho sempre sognato. ***4 punti***

9 RIFLETTI: DOVE E QUANDO LITIGATE PIU' SPESSO?

A In macchina. ***1 punto***
B A casa. ***3 punti***
C Al telefono. ***2 punti***
D A casa di amici. ***4 punti***

ANALIZZATE SEMPRE TUTTO
fino a 15 punti

Le vostre liti. Non litigate spesso. Ma quando succede, lo fate sul serio. Al minimo disaccordo, rimettete in questione tutto il rapporto, organizzando un "seminario di comunicazione" d'emergenza. I vostri battibecchi sollevano questioni profonde, che è bene affrontare. Niente crisi di nervi: ma la consapevolezza che c'è qualcosa che non va e bisogna risolverla a tutti i costi. Non si può certo dire che non parlate... anzi...

Gli sforzi da fare. Non cercare sempre di analizzare tutti i problemi in profondità. Impara a rilassarti e accettare di non essere sempre d'accordo su tutto. A volte la semplice costatazione e accettazione di una differenza tra i partner, riesce a risolvere il problema. Risparmierai tempo ed energie!

NON VI SAPETE ASCOLTARE
da 16 a 21 punti

Le vostre liti. I vostri litigi sono spesso causati dai piccoli disaccordi quotidiani, e tendono spesso a trasformarsi in una marea di critiche immotivate. Lei/Lui ti rinfaccia qualcosa? Tu lo ripaghi con la stessa moneta... Così, le vostre liti si tramutano presto in grida e pianti!

Gli sforzi da fare. Imparare delle tecniche di conciliazione. Per esempio, potreste decidere di fare a turno nel prendere la parola: in questo modo esprimereste i rimproveri uno alla volta, imparando ad ascoltare le critiche dell'altro. Per mettere fine alle liti sterili prova a mettere in discussione il tuo punto di vista. Inspira profondamente e cambia argomento, parlando di qualcosa che vi riavvicini.

RIMUGINATE IN SILENZIO
da 22 a 28 punti

Le vostre liti. Quando un argomento delicato ti mette in disaccordo con il partner, la vostra tecnica è quella della "carpa". In cosa consiste? Vi fate il muso a vicenda, dormite dalla parte opposta del letto, non vi rivolgete la parola per serate, giornate, mesi... fin quando uno dei due non cede, facendo il primo passo verso la conciliazione.

Gli sforzi da fare. Chiedetevi entrambi qual è l'origine di questo bisogno di "fare il muso": il semplice gusto di farsi pregare, o il desiderio di muovere a compassione l'altro? Perché non farla finita con il mutismo, cercando di parlare? Tener il muso al proprio partner, è un modo per punirlo, ma anche punire se stessi... che peccato!

TENDETE A DEGENERARE
da 29 punti in poi

Le vostre liti. Le vostre liti vertono spesso da sciocchezze ("Hai ancora dimenticato di comprare il pane?!") ma degenerano presto, toccando argomenti più vasti ("Non ti occupi mai delle faccende di casa!"). Si parla di 'reazione a catena": quando si parte da dettagli per arrivare a discutere di problematiche più ampie. Questo tipo di problema, invece, si potrebbe risolvere molto semplicemente se i due partner facessero entrambi un piccolo sforzo.

Gli sforzi da fare. Dovreste cercare di concentrarvi sul problema che ha scatenato la lite. E accettare di darla vinta all'altro, una volta ogni tanto: "Ha ancora dimenticato di comprare il pane? Pazienza, mangerete altro. L'amore è più importante del pane!" Se sei nervoso/a, canalizza la tua tensione, non lasciarla esplodere all'interno della coppia. Per esempio, perché non vi iscrivete insieme in palestra, invece di sfogare i nervi e le energie in queste liti sterili?

Cinema i film del mese di NOVEMBRE

Argo

Film di genere drammatico, thriller della durata di 120 min. diretto da Ben Affleck e interpretato da Ben Affleck, Bryan Cranston, Alan Arkin, John Goodman. Prodotto nel 2012 in USA e distribuito in Italia daWarner Bros il giorno 08 novembre 2012.
Trama: La storia di un'improbabile missione compiuta nel '79 dalla CIA e dal governo canadese per contrastare l'occupazione dell'ambasciata americana da parte di un gruppo di rivoluzionari iraniani. Il piano infatti, fu quello di portare in salvo sei importanti diplomatici statunitensi che dovettero fingersi attori di un fantomatico film chiamato "Argo".

Il peggior Natale della mia vita

Film diretto da Alessandro Genovesi e interpretato da Fabio De Luigi, Cristiana Capotondi, Antonio Catania, Andrea Mingardi, Diego Abatantuono, Laura Chiatti, Anna Bonaiuto, Dino Abbrescia, Ale, Franz.
Prodotto nel 2012 in Italia e distribuito in Italia da Warner Bros il giorno 22 novembre 2012.
Trama: A tre giorni dal Natale, Giorgio, sua moglie Clara e la loro figlia Margherita sono stati invitati a passare le vacanze nel castello di Alberto, mentre Paolo, il marito di Margherita li raggiungerà in un secondo momento. Il castello è un piccolo gioiello tra le pendici innevate del Monte Rosa che Alberto ha acquistato di recente, dopo essere scampato a una malattia per cui tutti lo davano per spacciato. La vita, per lui, è diventata ora una nuova, meravigliosa avventura; pensa di lasciare a Giorgio, già suo vice, il comando dell'azienda. Giorgio è molto teso, sia per la promozione ...

Un mostro a Parigi

Film di genere animazione della durata di 82 min. diretto da Bibo Bergeron. Prodotto (anche in 3D stereoscopico) nel 2011 in Francia e distribuito in Italia da Sunshine Pictures il giorno 22 novembre 2012.
Trama: In una serata particolare, Raoul, accompagnato da Emile, si reca per una consegna al laboratorio di un eccentrico scienziato all'interno di un enorme giardino botanico custodito in assenza del professore, dal suo assistente: una scimmia di nome Charles. Curiosando tra sieri e provette Raoul innesca accidentalmente un miscuglio tra un fertilizzante instabile e una miscela che agisce sulle corde vocali dando così vita inconsapevolmente ad una mostruosa creatura dalla voce soave che altri non è che una piccola pulce ingigantita dalla reazione chimica seguita alla grande esplosione nel laboratorio. Il Mostro impaurito gira per la città seminando il panico.

La collina dei papaveri

Film di genere animazione della durata di 91 min.Prodotto nel 2011 in Giappone e distribuito in Italia da Lucky Red il giorno 06 novembre 2012.

Trama: Nel 1963, un anno prima delle Olimpiadi di Tokyo, una studentessa della scuola superiore di nome Komatsuzaki vive a Yokohama, città portuale nei pressi di Tokyo. Il padre della ragazza, un marinaio, è scomparso in mare e la madre fotografa è spesso via per lavoro così Komatsuzaki trascorre una vita solitaria allietata dalla presenza degli amici e dall'attività nel giornale scolastico.

E se vivessimo tutti insieme?

Commedia della durata di 96 min. diretto da Stéphane Robelin e interpretato da Guy Bedos, Daniel Brühl, Geraldine Chaplin, Jane Fonda, Claude Rich. Prodotto nel 2011 in Francia e distribuito in Italia da Parthenos srl il giorno 29 novembre 2012.

Trama: Annie, Jean, Claude, Albert e Jeanne sono amici da sempre, nonostante le differenze di abitudini e temperamento. Due coppie ben assortite - e molto diverse - e un single impenitente: a unirli, oltre all'amicizia (e in certi casi all'amore), il tempo che passa con i suoi "inconvenienti". Ma chi l'ha detto che a una certa età non resta che farsi da parte? I cinque non sono affatto d'accordo e decidono di sperimentare cosa vuol dire andare a vivere tutti insieme. La convivenza, però, nasconde sempre delle sorprese... anche per chi si conosce da una vita!

Venuto al mondo

Film di genere drammatico della durata di 127 min. diretto da Sergio Castellitto e interpretato da Penelope Cruz, Emile Hirsch, Mira Furlan, Jane Birkin,Saadet Aksoy. Prodotto nel 2012 in Italia, Spagna, Croazia e distribuito in Italia da Medusa il 08 novembre 2012.

Trama: Una mattina Gemma sale su un aereo diretto a Sarajevo trascinandosi dietro il figlio sedicenne Pietro. Ad attenderla all'aeroporto Gojko, poeta bosniaco, amico, fratello, amore mancato, che ai tempi festosi delle Olimpiadi invernali del 1984 traghettò Gemma verso l'amore della sua vita, il fotografo Diego.

GENERAL MOTORS V8 "SMALL BLOCK": LA QUINTA GENERAZIONE

La nuova Chevrolet Corvette C7 che verrà presentata al Salone di Detroit (14-27 gennaio 2013) sarà la più veloce della storia perché sotto al cofano ospiterà il nuovo propulsore LT1, il primo componente della famiglia di quinta generazione dei V8 Small Block di General Motorsnata nel lontano 1955, quando il più yankee dei propulsori aveva una cilindrata di 4,3 litri e raggiungeva la potenza di 195 cavalli. La dicitura LT1 è invece stata impiegata per la prima volta nel 1970 per indicare qualla serie di motori dall'architettura "compatta" per poter essere utilizzati in veicoli "piccoli", almeno per gli standard USA.

LE PRESTAZIONI

La quinta generazione del V8 GM LT1 ha una cilindrata di 6,2 litri e avrà una potenza massima di 450 CV e una coppia di 610 Nm, un valore pari al propulsore 7.0L LS7 dellaCorvette Z06 che **secondo le stime di GM permetteranno alla Corvette C7 di impiegare meno di 4 secondi per accelerare da 0 a 100 km/h.** L'architettura del blocco motore rimane sostanzialmente simile a quello delle generazioni 4 e 5, ma la fusione in alluminio è completamente nuova per ospitare i manovellismi che comandano l'iniezione diretta, una innovazione importante nella famiglia dei V8 americani che permetterà una percorrenza stimata di 9 l/100 km. Il salto di qualità è notevole, se si considera che l'attuale Corvette LT1 consuma 13,6 l/100 Km nel ciclo combinato.

SI SPEGNE SE NON SERVE

Ma il nuovo motore della Corvette è dotato di molte altre innovazioni, tra cui il sistema ActiveFuel Management (AFM) che disattiva una bancata quando il guidatore non richiede piena potenza e la variazione continua della fasatura delle valvole. La ricerca dell'efficienza e delle performance è stata però ottenuta soprattutto migliorando la combustione: le testate sono infatti state completamente ridisegnate con camere di combustione più piccole per un rapporti di compressione pari a 11:5, mentre i condotti di aspirazione hanno una sezione rettangolare. **La posizione della candela è stata invece portata più al centro della camera e più vicina al centro di combustione.** Tutto nuovi sono anche l'albero motore a "tre lobi" e il collettore di scarico quattro-in-uno derivato da quello del motore LS7 della precedente generazione.

INCENTIVI AUTO A GPL E METANO. LA PRENOTAZIONE VA FATTA ONLINE

Da mercoledì 24 ottobre ripartono gli incentivi per le auto a GPL e metano. Attenzione però: non parliamo di bonus per l'acquisto di auto nuove a GPL e metano, ma di soldi erogati per latrasformazione degli impianti di vetture già immatricolate. Fino ad esaurimento fondi (3 milioni e mezzo di euro) è possibile chiedere 500 euro per la conversione a GPL e 650 euro per quella a metano. L**a prenotazione deve essere effettuata online sul sito del Consorzio Ecogas, associazione cui il Ministero dello Sviluppo Economico ha affidato la gestione delle prenotazioni e il monitoraggio di questi contributi**. "La somma messa a disposizione quest'anno per incentivare i carburanti gassosi potrà soddisfare solo poche richieste", avverte Rita Caroselli, Direttore di Assogasliquidi, l'associazione di Federchimica che rappresenta il settore del GPL. Lo stesso grido d'allarme era arrivato dai costruttori quando il governo Monti ha approvato il piano di incentivi alle auto a basso impatto ambientale per il 2013, 2014 e 2015. Ad ogni modo questa decisione del Ministero sembra seguire la domanda di mercato (nella drammatica situazione di mercato attuale le auto a GPL e a metano sono state le uniche adincrementare le vendite su base annua) e prosegue la politica di incentivazione dei carburanti gassosi iniziata nel 2006, rendendo disponibili i fondi residui dei finanziamenti già previsti nel 2011. Inoltre, come sostiene Caroselli, questa "è un'ulteriore riprova che GPL e metano sono la migliore soluzione attualmente disponibile per dare un contributo significativo nella lotta all'inquinamento atmosferico". **Dati alla mano, si stima che nel 2007 gli sgravi disposti per GPL e metano hanno comportato la conversione di 90mila auto, con un risparmio in termini di emissioni di CO2 pari a 180mila tonnellate.**

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

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

081.534.22.70
366.2650509
info@mdeshop.com

ORARI TRENI, BUS, ALISCAFI E NAVI VELOCI

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

TRENI CIRCUMVESUVIANA

www.vesuviana.it

Orari validi dal 17 settembre 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 *feriale*

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
SORRENTO - POSITANO - AMALFI 10.30 – 15.00* - da metà Maggio a Settembre
AMALFI - SORRENTO 11.35* - 16.35 **POSITANO - SORRENTO** 12.00* - 17.00
* via Capri

ALILAURO

www.alilauro.it

SORRENTO - NAPOLI 8.10 – 10.00 – 12.00 – 14.00 – 16.25
NAPOLI-SORRENTO 9.00 – 11.00 – 13.00 – 15.05 – 17.15
SORRENTO-NAPOLI 7.20 - *È UNA PARTENZA N.L.G*
NAPOLI-SORRENTO 18.25
SORRENTO-ISCHIA 9.30 **ISCHIA-SORRENTO** 17.25
La corsa viene effettuata da Aprile a Ottobre

outlet SKIPPER SPORT

euforie®

A PIANO DI SORRENTO

Adidas Forum Mid

~~€ 95,00~~

€ 47,50

Adidas Forum

Adidas Midiru

~~€ 75,00~~

€ 37,50

Adidas Decade

Adidas Varial Mid

~~€ 60,00~~

€ 30,00

Tuta Milan

~~€ 125,00~~

€ 62,50

Tuta Milan Junior

Tuta Napoli Bambino

~~€ 59,00~~

€ 29,50

Calze Calcio

€ 1,50

Micropile vari colori

€ 9,95

Piumino

€ 39,00

AGLA Calcetto

€ 29,00

AGLA Phantom Calcetto

€ 29,00

Puma Scarpa Jr

€ 15,00

Puma Calcetto

Air Force

€ 57,50

Air Force blu

€ 57,50

Tuta Celtic

~~€ 105,00~~

€ 52,50

Tuta Barcellona

~~€ 100,00~~

€ 50,00

Felpa Inter

~~€ 64,00~~

€ 32,00

Tuta Inter

~~€ 119,00~~

€ 59,50

Hello Kitty

€ 21,00

Sabot con Pelliccia

€ 19,90

Scarpa Volley Mizuno

~~€ 65,00~~

€ 32,50

Scarpa Lacoste

€ 69,00

Scarpe con Rotelle

€ 49,00

Scarpa Calcetto

€ 29,00

Scarpe e Abbigliamento Sportivo

Corso Italia 351/355, Piano di Sorrento - Tel. 0818787612

RISTORANTE - PIZZERIA

LA FENICE

PESCE FRESCO TUTTI I GIORNI - ANCHE PIZZA E MENÙ CELIACO

SI ACCETTANO PRENOTAZIONI PER IL CENONE DI CAPODANNO

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

GS Consulting

Diamo credito alle tue idee

Fondo Microcredito in Campania

Finanziamenti a tasso zero per tutte le attivita'

La Regione Campania ha lanciato il bando Microcredito FSE per l'erogazione di prestiti a tasso zero per attività da costituire e ad imprese già esistenti, senza richieste di garanzie ed anche a tutti le attività non bancabili.

APPROFITTANE ORA!!!

Per informazioni:

Via degli Aranci, 116 - SORRENTO - infogsconsulting@libero.it

Tel. 339 1048 743 - 081 878 2072

VUOI VEDERE BENE DA VICINO E DA LONTANO? SCEGLI LE LENTI PROGRESSIVE.

OCCHIALE COMPLETO CON

lenti salmoiraghi ANTIRIFLESSO

199€

SODDISFATTI O RIMBORSATI

FINO AL 2 DICEMBRE 2012

www.salmoiraghievigano.it

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

Offerta valida fino al 02/12/2012 su montature e lenti selezionate.
Non cumulabile con altri sconti o promozioni in atto.

È un dispositivo medico CE.
Leggere attentamente le avvertenze o le istruzioni per l'uso.
Autorizzazione del 10/09/2012.

salmoiraghi & viganò

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

E' un sentimento che mi scoppia
nel cuore e nella mente,
vorrei gridarlo
a tutto il mondo...

anche se lo so che è una pazzia!

Ti amo ninnè ! !

L'Incantesimo

Regalati una magia...

Bomboniere - Articoli da Regalo

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