

LEGGIMI *Gratis*



L'informazione gratuita



PROMOZIONE PRIMAVERA

**ARREDAMENTO
COMPLETO**

TRASPORTO E MONTAGGIO INCLUSI

3999*€

*IVA INCLUSA



**CUCINA + SOGGIORNO + CAMERA DA LETTO +
DIVANI (3 POSTI + 2 POSTI)**



ARREDAMENTI

di Claudio & Luigi Gargiulo

Via del Mare 15/19 • Sorrento • tel/fax 081 8071764 - cell. 3382065411

www.lgarredamenti.it • info@lgarredamenti.it

Grazia Sposa

Atelier Alta Moda



Via M. Crawford, 2 S. Agnello (NA) Tel. 081-8773968
www.graziasposa.com

50 % DI SCONTO SE TI ABBONI CON UN AMICO/A

4+2 MESI OMAGGIO 150 EURO
3 MESI 120 EURO

- salute
- benessere
- forma fisica



il centro **Wellness Ulysse** è dotato di defibrillatore
e personale addestrato al primo soccorso



Via Del Mare 22 - 80067 - SORRENTO (NA) - TEL 081.8774923 - FAX 081.8773915
info@ulyssesorrento.com - www.ulysssefitness.it



RENAULT

CELENTANO AUTO



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



2010

TOYOTA YARIS

colore nero cambio automatico



2009

LANCIA YPSILON

colore argento 1.2 benzina/GPL



2008

RENAULT KOLEOS

colore nero 2000 diesel



2007

TOYOTA AYGO

colore grigio



2009

FIAT PANDA

benzina/diesel vari colori



2009

CHEVROLET MATIZ

colore celeste



CELENTANO AUTO



2005

HUNDAI ATOS

colore grigio



2010

NEW FIAT 500 TWIN AIR

colore celeste



2007

**MERCEDES CLASSE A
180 AVANTGARDE**

colore nero

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

VASTA DISPONIBILITA' DI USATO GARANTITO

**Finanziamenti a tasso agevolato
personalizzati anche senza anticipo**

**FINANZIAMENTI
COMPASS**
CON LE MIGLIORI CONDIZIONI E TASSI DI MERCATO

anno 10 - numero 3 **Aprile** 2013

Questo Mese...

16 Il Futuro Visto dal Passato **La Futurologia**

Le previsioni che oggi sembrano più incredibili sono quelle che descrivevano un futuro dominato dall'energia nucleare in ogni settore...

26 Benessere **La ginnastica invisibile**

Qual'è la via più breve ed efficace per tornare in forma? La «ginnastica invisibile».

28 Moda **Non ho niente da mettermi**

Davanti all'armadio con la faccia sconsolata, guardi all'interno del guardaroba valutando ogni capo di abbigliamento...

30 Affari di Cuore **Un innamorato poco gradito**

A tutte le donne piace essere corteggiate, ma talvolta può capitare di non ricambiare l'interesse del corteggiatore in questione.

36 Risparmiare **Rinnova la tua casa con qualche trucco 'lowcost'**

In tempi di crisi bisogna ritrovare un po' di spirito d'iniziativa per non rinunciare al piacere di abbellire...

38 Lifestyle **Prendi a schiaffi le rughe**

Se bella vuoi apparire, un poco devi soffrire

40 Mondo Bimbi **Giochi all'aperto per bambini**

Se pensate che un girotto o una puntatina "tocca e fuga" al parco sia più che sufficiente "per far prendere aria" al...

44 Psicologia **4 tattiche per gestire le critiche**

Quando si riceve una critica ci stiamo male. La prima reazione è mettersi sulla difensiva, alzare subito delle...

46 Bellezza **La rivoluzione degli smalti adesivi**

Quale donna non ha mai lottato con lo smalto? Sbavature, tempi lunghi per asciugarlo, rischi di difetti...

50 Viaggi **Vacanze in Provenza**

Lungo la strada della lavanda

52 Auto & Co **-Fiat lancia lo sconto per gli studenti universitari** **-Full Connectivity, così le Hyundai sono connesse agli smartphone** **-Alfa Romeo 4C, tra i segreti della supercar dal Salone di Ginevra**

91 Star del mese **Emma Marrone:**

"Mia madre mi ha insegnato ad affrontare la vita a schiena dritta"

In ogni numero...

- 08** Sai Perché?
- 12** News dal Mondo
- 22** Chiedi all'esperto
- 34** Ricetta del Mese
- 56** Annunci Immobiliari
- 60** Kids Corner
- 64** Test del mese
- 68** Cinema
- 72** Svago
- 76** Foto dei lettori
- 79** Annunci gratuiti
- 86** Sms dei lettori



per la tua pubblicità sul
LEGGIMI *Gratis*
380.35.71.772

a partecipazione a Leggimigratis è assolutamente volontaria e gratuita. Per motivi organizzativi, tutto il materiale ricevuto non verrà restituito e rientrerà a far parte dell'archivio della redazione. La scelta di pubblicare o meno il materiale inviato resta ad insindacabile giudizio dell'editore, il quale si riserva di pubblicare 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 possono 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.

LEGGIMI *Gratis*

Periodico mensile a diffusione gratuita di annunci economici, cultura, attualità e pubblicità.

Reg. Trib. Torre Annunziata n.17 del 10/03/04.

REDAZIONE:

Corso Italia n° 317 - Piano di Sorrento (NA)
info@leggimigratis.it
www.leggimigratis.it

EDITORE:

Erminio Ricciardi

GENERAL MANAGER:

Gaetano D'Amato

Direttore Responsabile:

Stefania Ricciardi

email: stefania@leggimigratis.it

Concessionario unico Pubblicità:

Dipil di Aprea Giuseppa

email: dino@leggimigratis.it



**IL PRIMO PUB IN PENISOLA SORRENTINA INTERAMENTE
CONCENTRATO SUI GIOCHI! CALCIOBALILLA, BILIARDO,
PING PONG, GIOCHI DA TAVOLO E TANTO ALTRO...**



B-QUIZZZZZZZZZZZZ

TUTTI I MARTEDÌ

Un nuovo entusiasmante gioco a quiz creato dal Blossoms Pub! Tante partite a tema e moltissimi premi!



MUSIC GAMES

non il solito karaoke...

Tutti i giovedì
start ore 2130

ANIMAZIONE BY

CHIARA NARDI

**raggiungi il punteggio di
BLOSSOMS STAR
e vinci fantastici premi !!!**



Blossoms Pub

BLOSSOMS PUB è in via Cavone,77 - Piano di Sorrento (NA)

info e prenotazioni: 081/5321827 - 3339521200 (Domenico)

seguici su facebook: BLOSSOMS PIANO



Come nasce l'appellativo "portoghese"?

Pare che l'abitudine di chiamare con questo termine chi cerca di assistere a uno spettacolo, a una manifestazione, a un ricevimento senza pagare il biglietto o senza essere invitato sia nata a Roma nel Settecento, in occasione di una grande festa organizzata dall'ambasciata portoghese presso la Santa Sede. L'ambasciatore fece sapere che i connazionali, cioè i portoghesi, avrebbero potuto prendervi parte senza invito, semplicemente presentandosi come tali. In pratica, poté entrare chiunque sostenesse di essere "portoghese".

Qual è stato il primo inno nazionale del mondo?

- Il più antico inno nazionale del mondo, ancora in uso, è "God Save the Queen/King". Fu scritto tra il 1736 e il 1740 dal compositore inglese Henry Carey, sebbene un'aria molto simile sia già presente in un manoscritto del 1619. Per molti anni l'inno fu utilizzato per manifestare lealtà ai regnanti e venne adottato, oltre che in Inghilterra, in Prussia, Danimarca, Svezia e Russia. Sebbene utilizzato in Gran Bretagna come inno nazionale, non è mai stato proclamato tale né dal Parlamento inglese, né per decreto Reale.



Come è nata la bandiera dello Stato italiano?

La bandiera italiana nasce come bandiera militare: fu proposta nel 1796 per distinguere il contingente italiano all'interno dell'esercito di Napoleone, nelle repubbliche Cispadana e Cisalpina. I tre colori furono scelti sul modello della bandiera francese: da questa provengono il bianco e il rosso, mentre

il verde è un richiamo alle livree degli Sforza, i

duchi di Milano. Con la sconfitta di Napoleone, nel 1814, il tricolore fu abolito. Tuttavia, restò nella memoria degli italiani e più volte fu innalzato contro gli austriaci. Nel 1848 fu adottato nel regno di Sardegna dai Savoia, che vi inserirono il loro scudo (croce bianca in campo rosso). Con l'unificazione italiana (1861) diventò la bandiera del Regno d'Italia. In seguito alla proclamazione della Repubblica (1946), lo scudo dei Savoia fu eliminato.



★ ARIZONA PARK CLUB ★

ORGANIZZIAMO

Feste di Compleanno, Feste di 18 anni
Comunioni, Battesimi, Eventi
giri o escursioni a cavallo
o pony per i più piccoli.

Vieni a gustare il nostro menu casereccio e specialità
alla griglia al Ristorante Arizona Park Club
e rilassati nel nostro agrumeto mentre
i tuoi bambini si divertiranno nel Playground!

TUTTO IN UNO SCENARIO OLD WEST

calcio, pallanuoto, ping pong, hockey, ecc...
tutti i giochi sono gratis per i nostri clienti!

SPAZI ESTERNI E SALA OLD WEST

Pranzo su prenotazione per il 25 aprile il 1 maggio

*il Ristorante
è aperto tutte
le Domeniche
gli altri giorni solo
su prenotazione*

*il Parco
è aperto tutti
i Giorni
dalle 15.30 alle 19.30*

Via Santa Lucia n. 29 - SORRENTO

tel. 081.877.0650 cell. 360.739643 - 338.2270188

email: euvan@libero.it



Arizona Park

sai PERCHÈ sai PERCHÈ sai PERCHÈ sai PERCHÈ
sai PERCHÈ sai PERCHÈ sai PERCHÈ

sai PERCHÈ?



Come è nato l'ordine alfabetico delle lettere?

Le lettere dell'alfabeto si succedono secondo un ordine fissato nell'antichità. Si ritiene che la realizzazione del primo alfabeto risalga alla metà del II millennio avanti Cristo a opera di popoli semitici della Siria e della Palestina, che idearono l'uso delle lettere e associarono a ciascuna di esse un segno grafico derivandolo dai geroglifici egiziani. Il criterio con cui le lettere furono originariamente ordinate all'interno dell'alfabeto non è certo. L'ipotesi più attendibile è che i caratteri grafici delle lettere venissero usati anche per indicare piccoli numeri, per cui il segno corrispondente all'uno fu collocato nell'alfabeto al primo posto, quello corrispondente al 2 al secondo posto e così via. Con lievi modifiche e aggiunte, dall'alfabeto semitico derivò quello fenicio, da questo quello greco, quindi quello etrusco, poi il latino e infine l'italiano moderno.

Chi ha inventato le marche da bollo?

Sembra che l'invenzione sia avvenuta verso il 1624 in Olanda, da parte di un cittadino allettato dal premio offerto dagli Stati Generali (il Parlamento) a chi avesse inventato una nuova imposta proficua per il fisco. Altri storici sostengono che le marche furono create nello stesso secolo in Spagna e subito dopo in Lombardia, a Napoli e in Toscana, provocando tumulti e rivolte popolari. Genova le adottò nel 1655 e il Piemonte nel 1694. Nello stesso anno furono introdotte in Inghilterra per far fronte alle spese di guerra e rimasero in vigore per sempre. In Francia furono introdotte nel 1673 e nello Stato pontificio nel 1741.



per la tua pubblicità sul
LEGGIMI *Gratis*
380.35.71.772



Caffè
in grani e cialde
nespresso compatibili

Macchine da caffè
noleggio e assistenza

Vini & Liquori

Intenso

AROMA DI CAFFÈ

- **150 CIALDE**
- **150 PALETTINE**
- **150 BICCHIERINI**
- **150 BUSTINE DI ZUCCHERO**

49,99 € + FORNITURA di CAFFÈ

PER 12 MESI a 35,00 € AL MESE

IN OMAGGIO

UNA MACCHINETTA

Frog
d'eccezione



Via Cassano, 55
80063 Piano di Sorrento (NA)

Tel. 081.534.22.70
cell. 366.2650509

A 101 anni corre maratona Hong Kong

Entra nella storia come il più vecchio 'maratoneta' del mondo: a 101 anni, indossando il suo turbante sikh, un britannico ha partecipato alla maratona di Hong Kong, ad un passo che lo ha visto 'coprire' 10 miglia in poco più di un'ora e mezza. Una gara che - ha detto esultando - ha segnato l'ultima tappa della sua carriera da podista. Fauja Singh, soprannominato 'turbante tornado', ha iniziato a correre solo all'età di 89 anni e da allora ha corso 9 maratone, tra cui Londra e New York.



Miliardario costruirà replica del Titanic: salperà nel 2016

A breve partirà in Cina la costruzione di una replica del Titanic, il famoso transatlantico affondato nel 1912 a seguito della collisione con un iceberg. A rivelare il progetto durante un evento a New York è stato il miliardario australiano Clive Palmer, ideatore e finanziatore dell'iniziativa. La nave dovrebbe essere pronta a salpare alla fine del 2016 e sono già 40mila le persone interessate ad acquistare il biglietto per il viaggio che seguirà la



rotta dell'originale, da Southampton in Inghilterra verso New York. I passeggeri del Titanic II indosseranno vestiti d'epoca e assaggeranno piatti del menù originale. Markku Kanerva, della società finlandese Deltamarin che ha progettato la replica, ha assicurato che la nave sarà una copia esatta dell'originale, ma al tempo stesso sarà dotata di strumenti moderni per la navigazione e la sicurezza.

Google Street View è arrivato sull'Everest

Non solo strade percorribili dalle auto. Google Maps è andato oltre e con Street View ha esplorato i luoghi più remoti del pianeta mettendone in rete le immagini panoramiche a 360 gradi. Come si legge sul blog ufficiale di Google Street View "ognuno di noi ha una lista di posti da sogno che vorrebbe raggiungere" e tra quelli di Google Maps ci sono alcune delle montagne più famose del mondo. Per salire sull'Everest (8.848 metri, in Asia) e sul Kilimanjaro (5.895 metri, in Africa), la troupe di Street View si è mossa a piedi. Grazie a questa scalata adesso tutti possono vedere come sono le cime più famose della Terra attraverso lo schermo di un PC, di un tablet o di uno smartphone.



Mic BURGER

italian fast food

Hamburger
Panini
Crepes
Patatine

Prenota i nostri Menu
e la sala per i compleanni

333/2069978 - 329/9497063

347-7069383

10.30 - 14.30 18.30 - 23.30



Mic Sorrento

Hamburger, formaggio, pomodoro,
insalata, ketchup,
+ Coca Cola
e Patatine



Mic La Prica

Hamburger, speck, formaggio,
funghi, insalata, ketchup,
+ Coca Cola
e Patatine



Mic Capri

Hamburger, bacon, formaggio,
cipolla, salsa cocktail,
+ Coca Cola
e Patatine



Mic Cortina

Hamburger, speck, formaggio,
peperoni, salsa barbecue,
+ Coca Cola
e Patatine



Mic Big Burger

2 Hamburger, formaggio,
cipolla, cetrioli,
insalata,
salsa cocktail,
+ Coca Cola
e Patatine



Mic Monza

Stracottini di Pollo,
formaggio, pomodoro,
insalata, maionese,
+ Coca Cola
e Patatine



Mic Milano

Cotoletta di Pollo, bacon,
formaggio, pomodoro,
insalata, salsa cocktail,
+ Coca Cola
e Patatine



Mic Baby Menu

Hamburger, prosciutto cotto
o cotoletta di pollo, formaggio,
ketchup o maionese
+ Coca Cola e Patatine



MENU con:
Hamburger 4,50
Pollo 4,50
Prosciutto 4,50

Piazza della Repubblica, 31 - Piano di Sorrento

A Lampedusa la spiaggia più bella del mondo

È in Italia la spiaggia più bella del mondo: lo rende noto Tripadvisor Travelers Choice Beaches Awards 2013, che mette sul gradino più alto del podio la Spiaggia dei Conigli di Lampedusa. Tutto merito, certifica la società di viaggi, del mare cristallino e della sabbia bianca che si fa largo tra costoni di roccia arricchiti da macchia mediterranea. Un luogo incontaminato, viene sottolineato, grazie alla riserva naturale gestita da Legambiente dove ogni anno a primavera avanzata le tartarughe marine Caretta Caretta depositano le loro uova nella parte orientale della spiaggia. Dopo la Spiaggia dei Conigli di Lampedusa, la classifica internazionale di Tripadvisor mette al secondo posto i Caraibi, con la Grace Bay nell'isola di Providenciales nell'arcipelago di Turks and Caicos, non lontana da Cuba, anch'essa caratterizzata da sabbia bianca e fondali color cobalto.



SMS mentre si cammina... multa?

La proposta di legge è stata presentata dal deputato democratico americano Harvey Munford che ha presentato al Parlamento dello Stato del Nevada una proposta che consiste nel multare coloro che "messaggiano" mentre passeggiano. Sia che uno si trovi in una stradina di campagna, sia in un'arteria affollata di città, la Polizia Locale può intervenire e, dopo tre avvertimenti scatta una multa di 250 dollari!

Il deputato ha spiegato di aver avanzato questa proposta vedendo cosa accade all'uscita delle scuole: "I ragazzi a cui è stato vietato di usare



il cellulare per diverse ore, si immergono immediatamente sui loro telefonini per mandarsi messaggi. Ma spesso lo fanno mentre attraversano la strada. E questo mette a rischio la loro vita. E' una piaga a cui bisogna porre la parola fine". Ma il deputato ha previsto delle eccezioni: è permesso mandare sms se si tratta di comunicazioni urgenti di carattere medico o se si segnalano crimini. Vediamo se rimarrà una solo proposta o diventerà legge.



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

OCCHIALE COMPLETO CON

lenti salmoiraghi

199€

SODDISFATTI O RIMBORSATI

**YOUR GLASSES READY
IN HALF AN HOUR**

www.salmoiraghiéviganò.it



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

Offerta valida su montature e lenti selezionate.
Non cumulabile con altri sconti o promozioni in atto.

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

CONCESSIONARIO:



DEBENFUSUE



VOGUE

D&G

PRADA

GIORGIO ARMANI

Perrel

CAPRIS



VALENTINO

GUCCI



salmoiraghi & viganò

Corso Italia 246/D - Sorrento - tel. 081.807.17.94

CONTROLLO DELLA VISTA GRATUITO

La Futurologia

a cura di
Vincenzo De Angelis

Nella prima parte dell'articolo sulla Futurologia abbiamo visto che essa è una disciplina che cerca di prevedere il futuro, ed in particolare abbiamo trattato di previsioni per lo più catastrofiche che, meno male per noi, non si sono avverate. Tuttavia molte previsioni sono fallite per il motivo opposto: erano eccessivamente fiduciose nel progresso.

“Le previsioni che oggi sembrano più incredibili sono quelle che descrivevano un futuro dominato dall'energia nucleare in ogni settore, dall'industria ai trasporti, fino all'ambito domestico.

Si pensava addirittura nel 1955 che in futuro ci sarebbero stati lampadine, ferri da stiro, tostapane, automobili, lavatrici, e radio atomici. Queste affermazioni sembrarono perfino avallate da progetti concreti dell'epoca di università e di industrie.

Nel 1967 un libro conteneva cento previsioni di innovazioni tecnologiche per l'anno 2000. Fra queste, negozi automatizzati, colonie sottomarine, basi lunari e orbitanti, controllo del clima, scavi sotterranei con bombe nucleari, ibernazione, collegamento diretto fra cervello e computer, lavori domestici automatizzati, televisione a tre dimensioni (l'unica previsione che si sta avverando oggi), cibi sintetici, lune artificiali per illuminare la Terra di notte. Altre profezie, definite

“con minori probabilità di realizzarsi” includevano intelligenze artificiali, fusione nucleare controllata, nascita fuori dal corpo umano, vita media oltre i cento anni, trapianto di branchie nei mammiferi per respirare sott'acqua: ben 1433 scienziati e ingegneri, interpellati nel maggio 1968 si dichiararono pienamente d'accordo. Nel 1937 fu chiesto all'Accademia Nazionale delle Scienze Americana di predire i progressi scientifici imminenti. Essi anticiparono cose come la gomma e la benzina sintetiche, e anche cambiamenti significativi nell'agricoltura. Ma per quanto riguarda le nuove tecnologie e le industrie realmente grandi, l'energia nucleare, gli antibiotici, gli aerei a reazione, e anche computer, cose che sarebbero apparse da lì a pochi anni, fecero un fiasco totale. Il culmine dell'idiozia lo raggiunsero le stesse industrie, come la Daimler-Benz, affermando che non era possibile vendere più di 1000 auto in Europa...perché non c'erano più di 1000 autisti. Allo stesso modo, visto che nel 1956 c'erano solamente 1000 computer negli Stati Uniti, la RCA prevede che sarebbero divenuti 30.000 nel 1966, 150.000 nel 1985 e “addirittura” 220.000 alla fine del secolo.

Ma i futurologi hanno al loro attivo anche previsioni azzeccate. Un esempio assolutamente impressionante è quello contenuto nel libro di Encounters with the Future del 1982. Esso diceva: “Il più im-

portante cambiamento politico dei prossimi vent'anni sarà la riunificazione della Germania. Aspettatevela. Il processo è già cominciato.



Il primo passo sarà una politica che permetta alla gente di entrambi i Paesi di attraversare liberamente i confini e visitare i loro parenti, poi l'abbattimento del muro di Berlino (che avvenne nel 1989) sarà seguito da un allentamento delle barriere commerciali tra i due. Il passo finale verrà quando le truppe sovietiche cominceranno a lasciare la Germania Est”. Com'è possibile ottenere previsioni simili? Spesso è sufficiente tenersi informati e mostrare un po' di buon senso. Per tenersi informati, i “futurologi” consigliano di leggere semplicemente i giornali, su cui dei trafiletti apparentemente insignificanti possono essere in realtà rivelatori di profondi mutamenti. Altri procedimenti sono più

Via s.Michele, 21
Piano di Sorrento
Tel. 3384341707

GIOIELLI IN ARGENTO, CORALLO E... DIAVOLERIE
DIABLURA

cercami su 
DIABLURA DI
MAGLIONE SALVATORE



Confezioni da 1 €

**minuteria in metallo
per fimo, macramè, etc**

Ristorante - Pizzeria **il Pozzo**

I piatti tipici nel cuore di Sorrento



VIA DELL'ACCADEMIA, 21 - VIA TASSO, 32 - SORRENTO (NA)

TEL. +39 081 8774876

WWW.ILPOZZORISTORANTE.IT

E-MAIL: INFO@ILPOZZORISTORANTE.IT



PROFESSIONALE

SING VOCAL POWER

*ELISABETH
HOWARD*



A Tutti gli iscritti verrà rilasciato un attestato di partecipazione

GIOVEDÌ 30 MAGGIO 2013



presso

**HOTEL PLAZA
Via Fuorimura,3
80067 Sorrento - Napoli**





s sofisticati, come la “tecnica Delphi” che trae il nome dal famoso oracolo greco, inventata alla fine degli anni ‘50 da due ricercatori. In questo procedimento, da venti a un centinaio di esperti sono invitati a rispondere a una serie di domande specifiche sul futuro. Agli esperti si chiede di rispondere anonimamente, di solito per posta, facendo le loro previsioni e i loro commenti sul perché abbiano fatto tali previsioni. Le predizioni della prima tornata e i commenti sono raccolti e rispediti a tutti i partecipanti che, dopo averci riflettuto sopra, devono rispondere di nuovo. Ogni persona è libera di modificare la propria predizione originale o di continuare a sostenerla. Il processo è ripetuto alcune volte, in modo che alla tornata finale si arrivi a qualcosa di simile ad un consenso collettivo. La chiave del processo è che gli esperti sono tenuti separati e anonimi, il che teoricamente previene l’essere influenzati. Un altro metodo di previsione, il più semplice, è quello

di estrapolare il corso degli eventi. Ad esempio, se nella preistoria un uomo a piedi poteva camminare a una velocità di cinque chilometri l’ora; se 4000 anni fa si poteva cavalcare a una velocità di circa cinquanta chilometri l’ora; se nell’Ottocento le navi raggiungevano quasi i sessanta chilometri l’ora e nel 1905 una locomotiva raggiunse i duecento; se la velocità del suono fu raggiunta nel 1947, basandosi su questi dati ed usando semplici metodi matematici e statistici, l’Aviazione americana fu in grado di predire nel 1953 che il primo oggetto in grado di avere una velocità sufficiente a diventare un satellite artificiale sarebbe stato lanciato nel 1957. Ed infatti proprio nel 1957 venne lanciato il primo satellite artificiale, lo Sputnik. Ma le estrapolazioni possono essere fuorvianti, giungendo a conclusioni assurde. Seguendo questo metodo, infatti, uno scrittore di fantascienza predisse addirittura che la velocità della luce sarebbe stata raggiunta o superata entro il 1982!

C’è poi un caso particolare, quella che si chiama “previsione normativa”. A volte si può anche fare in modo che il futuro si avveri. Quando il progetto Apollo fece atterrare due americani sulla Luna accadde perché ciò era stato fatto accadere, era stato inventato dal presidente americano John Fitzgerald Kennedy. Kennedy con i suoi immensi poteri era stato in grado di mobilitare uomini e risorse tali da rendere possibile quello sbarco. Ma queste metodologie, pur

essendo ottime per offrire nebulose immagini di ciò che potrebbe accadere, non dicono affatto cosa accadrà. Il guaio è che ci possono essere tanti scenari prevedibili per il futuro, ma uno solo d’essi ovviamente si realizzerà. Inoltre le previsioni del futuro, ottimiste o pessimiste che siano, possono essere sconvolte da eventi imprevedibili: catastrofi naturali o sconvolgimenti politici, sociali ed economici.

Quindi, allora, nonostante sia così difficile prevedere il futuro a causa di tali eventi imprevedibili, perché si continua a farlo?

“Perché la Futurologia continua a prosperare? La ragione è che si spera sempre in un futuro migliore di quanto possa essere la vita attuale: il desiderio del nostro cuore di un domani migliore ci spinge a desiderare un futuro migliore.

fonte del materiale:
www.fabiofeminofantascienza.org



OGGI DIAMO SPAZIO ANCHE AL RISPARMIO



il modulo
ARREDAMENTI

SORRENTO

Via degli Aranci, 33/d

Tel. 081.878.5697

info@ilmodulosorrento.it



design, esperienza e assistenza
www.ilmodulosorrento.it



Esiste un'alimentazione che può aiutare a conservare le cartilagini articolari?

Il tessuto cartilagineo, più comunemente chiamato cartilagine, riveste le superfici articolari delle ossa, costituisce i dischi intervertebrali, forma parte delle coste, dei dischi e dei menischi intrarticolari. Inoltre, dà sostegno ad alcune strutture dell'organismo come il padiglione auricolare. Detto questo, per comprendere come agire con un'alimentazione mirata alla preservazione del tessuto connettivo, dobbiamo ricordare come esso è fatto. Esso risulta costituito da cellule, i condrociti, e da una componente extracellulare, che viene formata da essi nelle fasi pre-natali e post-natali dell'individuo. La componente extracellulare, formata da collagene e da altre grosse molecole, è molto più abbondante in volume e peso rispetto ai condrociti e svolge le funzioni di sostegno e di ammortizzazione tipiche di questo tessuto.

Poiché con l'età la capacità dei condrociti di formare la matrice extracellulare si riduce

sensibilmente, quest'ultima si altera in composizione e diminuisce in quantità con conseguente perdita di funzionalità del tessuto cartilagineo e, nel nostro caso, delle cartilagini articolari. Tale processo è, purtroppo, inevitabile ma può essere almeno "arginato" al minimo possibile fornendo all'organismo ciò di cui il tessuto è costituito.

Fondamentali nella formazione e organizzazione strutturale della matrice extracellulare sono i minerali, in primis, lo zolfo: lo ritroviamo soprattutto nei vegetali della famiglia del cavolo come broccoletti, cavolo nero, cavolfiore, cavolini di Bruxelles ma anche in legumi, carne e pesce.

Altri minerali di rilevante importanza sono il silicio, il rame e lo zinco, le cui fonti principali sono la segale, le patate, il miglio, gli spinaci, il riso, i crostacei, il Grana Padano, il cioccolato amaro, gli anacardi e le carni, in particolare agnello e tacchino.

Per i processi di sintesi della

matrice è fondamentale anche l'apporto di vitamine del gruppo B, presenti variamente distribuite in alimenti di origine animale, nella farina e negli spinaci.

Infine, poiché i processi infiammatori e i radicali liberi sono concausa della degenerazione del collagene, un generoso apporto di antiossidanti può rappresentare un valido sostegno. Quindi via libera a frutta, verdura e legumi da consumarsi al giusto grado di maturazione e preferibilmente crudi.



Ultima nota: nei soggetti in sovrappeso o obesi, le articolazioni sono sottoposte a maggiori sollecitazioni, favorendo in maniera maggiore l'insorgenza di problemi. Perciò riportare o mantenere il peso corporeo entro certi limiti è un elemento chiave nel trattamento delle problematiche articolari.

dott.ssa Emma Ruocco
emmaruocco@libero.it



"Cavaliere"
**ABBIGLIAMENTO
 CALZATURE**
 CONSEGNA A DOMICILIO
389 0362589



INF.2L
 Lavorazione infissi
 in alluminio
 e alluminio legno
 con relativa
Certificazione CE UNI EN 14355-1
 PRODUTTORE DI VETRATE ISOLANTI
TERMOGLASS
10 ANNI DI GARANZIA
 CE UNI EN 1279-2
INF.2L
 VIA CAVONE, 97
 PIANO DI SORRENTO
 tel/fax 081.808.37.68

per la tua pubblicità sul
LEGGIMI *Gratis*
CHIAMA
380.35.71.772

I miei genitori vogliono stipulare un contratto di vendita in mio favore con il quale mi cedono la loro abitazione in cambio di assistenza. Questo contratto potrebbe intaccare la quota di eredità spettante a mio fratello, dal momento che l'eredità dei nostri genitori è rappresentata solo dalla casa?

Il contratto di vendita in questione è un vitalizio, per il quale l'acquirente si impegna a pagare il prezzo sotto forma di rendita durante tutta la vita dei venditori. La rendita può essere costituita, come nel caso di specie, dall'impegno di assistenza materiale e morale nei confronti dei genitori venditori.

Caratteristica del vitalizio è la massima libertà di elaborare le forme e le modalità della rendita. È infatti possibile e, di fatto, molto frequente, prevedere un obbligo di assistenza molto ampio, comprensivo praticamente di tutto, e cioè dell'obbligo di fornire vitto, alloggio, abbigliamento, cure mediche, farmaci, fino ad arrivare anche a formule che impongano all'obbligato di garantire all'assistito assistenza morale ed il medesimo tenore di vita raggiunto al momento della stipula.

Il vitalizio potrebbe essere impugnato dopo la morte dei genitori per lesione di legittima solo se si dovesse configurare una sproporzione fra il valore della prestazione assistenziale ed il bene ceduto. Più precisamente, sarebbe necessario non solo la sussistenza di una sproporzione tra le prestazioni, ma anche la significativa entità di tale sproporzione, unita alla sua consapevolezza da parte dei venditori, indotti al trasferimento del bene dalla volontà di nascondere una donazione.

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

TECNO C

RICAMBI - CALDAIE - CONDIZIONA



ARISTON



Chaffoteaux



Vaillant

**...i professionisti
del riscaldamento**

CALDAIE A CONDENSAZIONE

C.so Italia, 93 - Meta (NA) - tel/fax 081.8787121

TECNOCALOR



CLIMATIZZAMENTO - ARTICOLI TERMIDRAULICI



energia al
servizio
della natura



1 su 3 climatizzatori venduti nel mondo è stato costruito da **GREE**

RIVENDITORE AUTORIZZATO **GREE**

www.tecnocalorfrasca.it

La ginnastica invisibile

Qual'è la via più breve ed efficace per tornare in forma? La «ginnastica invisibile».

Si tratta di un tipo di ginnastica, efficacissima, facile da eseguire perché non richiede alcun tipo di attrezzo. Utilizza la contrazione isometrica dei muscoli, cioè uno sforzo dei muscoli effettuato senza fare movimenti, che consente in breve tempo di tonificare cosce, glutei, addominali, pettorali e braccia e di raggiungere un benessere generale per l'organismo. L'immobilità è soltanto apparente. In realtà, i muscoli, costretti a lavorare contro una resistenza (ad esempio, il pavimento, altre parti del corpo, una sedia) che impedisce loro di eseguire i movimenti, sviluppano all'interno una forte tensione.

Dove si possono eseguire?

Gli esercizi isometrici si possono eseguire ovunque: in palestra, a casa, ma anche in ufficio davanti alla scrivania. Inoltre non serve nessun tipo di attrezzo.

Per rafforzare i bicipiti

In posizione seduta davanti alla scrivania ruotare le mani col palmo rivolto verso l'alto, appoggiarlo sulla parte inferiore del piano e cercare di portare le mani verso le spalle come per ribaltare la scrivania. Tenere la posizione per un paio di minuti, poi ripetere per 4 volte.

Per tonificare le gambe

Occorre assumere la posizione a "uovo" dello sciatore, e mantenerla per un paio di minuti. Per rendere efficace questo esercizio è necessario ripeterlo variando l'angolo di lavoro tra la gamba e la coscia, cioè piegandosi un po' di più o un po' di meno sulle ginocchia.

Per tonificare i glutei

Dare le spalle ad una parete, appoggiare la pianta del piede e spingere come per allontanare la parete stessa. Mettersi con i palmi delle mani e le ginocchia a terra, distendere una gamba parallelamente al terreno e mantenere la posizione finché si riesce.

Per rilassare il collo

Appoggiare una mano lateralmente sul capo e spingere l'una verso l'altro. Data la delicatezza della zona è necessario utilizzare una certa delicatezza nell'effettuare l'esercizio. Chi soffre di cervicalgia dovrebbe evitarlo.

BENEFICI

Oltre a rassodare il corpo questa attività fisica permette ai muscoli di raggiungere tensione massima senza che le fibre si accorcino visibilmente. Ciò si traduce in un aumento veloce e intenso della forza fisica, senza che vi sia una crescita apprezzabile della massa muscolare. Questa caratteristica rende gli esercizi particolarmente adatti a tutti coloro che desiderano avere un corpo tonico senza veder «lievitare» il volume di propri muscoli.

“ La ginnastica isometrica non sottopone a sforzi le articolazioni perché non richiede movimento, non fa sudare e non è faticosa. Può essere praticata anche da chi è convalescente da traumi o incidenti che hanno costretto all'immobilità temporanea e da chi è affetto da malattie croniche respiratorie o da artrosi.



2 - 28 aprile 2013

ACQUA & SAPONE

sfoglia il volantino su:
www.acquaesapone.it
seguici anche su: Facebook



Piazza della Repubblica 19/21 - Piano di Sorrento - Domenica aperto dalle 9.30 alle 13.00

2° APPUNTAMENTO La Collezione del CUORE

ONLINE SU www.acquaesapone.it

OMAGGIO

UN COLTELLO
FLOWER BRANDANI

IN ACCIAIO INOX BRISTLE DI APERTURE
RENTI COLOREATO CON STAMPA - 52 cm

coltello di

DIXAN DETERGENTE - 54 lavaggi
+ VERNEL AMMORBIDENTE
CONCENTRATO E/O
VERNEL CRISTALLI DI
AMMORBIDENTE



1



1

CON
Dixan



3

€ 1.99 **33**

€ 2,08

1. VERNEL
AMMORBIDENTE CONCENTRATO
ASSORTITO 40 LAVAGGI
250x330 ml - 4 L/PLN

€ 2.49 **16**

€ 2,98

2. VERNEL
CRISTALLI DI AMMORBIDENTE
ASSORTITO
400 gr - 4 L/PLN

€ 9.49 **43**

€ 14,90

3. DIXAN
54 LAVAGGI
450 gr - 4 L/PLN

ACQUA & SAPONE

f COMMUNITY



30.000 iscritti
Servizio A&S Risponde
Buoni Sconto
Concorsi
Radio A&S
Novità ed Eventi
Giocchi

...ogni giorno è una sorpresa
iscriviti!

Non ho niente da mettermi!

Davanti all'armadio con la faccia sconsolata, guardi all'interno del guardaroba valutando ogni capo di abbigliamento: devi uscire e ancora non sai che cosa indossare.

Dopo un attento esame e mille prove esclami:

"Non ho proprio niente da mettermi!"



Quale donna non è afflitta da dubbi e tentennamenti davanti a un guardaroba straripante di capi? Chi non sogna di aprire l'armadio e capire al volo cosa indossare, che si tratti della riunione di lavoro, l'aperitivo con le amiche, la serata in discoteca o il weekend al mare!

Ecco un segreto per essere pronta al volo ed azzeccare subito la mise giusta, senza perdere tempo cercando tra tutti i tuoi abiti.

Si chiama Fashion Scrapbook, arriva dagli Stati Uniti ed è un ottimo metodo per non dimenticare i vestiti contenuti nell'armadio e per rinfrescarci la memoria sulle mise che ci stanno meglio.

Tutto quello che ti serve per realizzare il tuo Fashion Book è una macchina fotografica (se digitale ancora meglio), una stampante e un grosso album, a tua scelta: può essere un album per foto, un raccoglitore o un quadernone ad anelli, l'importante è che ti piaccia e sia comodo.

La prima cosa da fare in

assoluto è fotografare ogni tuo vestito: lo puoi fare man mano che li tiri fuori dall'armadio per indossarli oppure nel momento in cui metti a posto l'armadio. Adagiali sul letto o per terra, e scatta, scatta scatta. Tutte queste foto le attaccherai poi sul tuo album, e se vorrai

potrete anche aggiungere alcune annotazioni a lato sulla comodità, la vestibilità, la taglia. In secondo luogo, crea una sezione per le mise che ti stanno meglio: quando pensi che un abbinamento di vestiti sia perfetto, fatti una foto e aggiungila all'album. La terza sezione sarà dedicata ai vestiti, abbinamenti ed

Come riorganizzare e rinnovare a costo zero il guardaroba:

- 1** individuare e separare i capi d'abbigliamento;
- 2** suddividerli a seconda delle occasioni d'uso;
- 3** creare gli outfit.

Il risultato? Un guardaroba perfetto, per essere sempre all'altezza di qualsiasi situazione, al lavoro e nel tempo libero.

accessori

che ti colpiranno qui e là sui giornali, su internet, o addirittura su qualche manichino in vetrina: una sezione ricca di ispirazione, insomma.

Così, quando non saprai cosa metterti e ti sentirai in crisi, potrai tirare fuori il tuo album con una serie di idee azzeccate a tua disposizione!



Perchè non approfittare dell'aiuto dell'iPhone per organizzare il guardaroba?

Disponibile per Iphone, Ipadtouch e Ipad, Stylebook è stata ideata per aiutarti a mettere un po' di ordine nel tuo guardaroba e facilitarti nella scelta dei tuoi outfits e del tuo look del momento. Ora tutto sarà più semplice: sarà possibile abbinare capi "vecchi" e nuovi, organizzare outfit per le occasioni speciali e salvare i preferiti, creando il nostro stile.

Ecco alcune delle oltre 60 funzioni di questa app:

- LOOKS

Puoi creare i tuoi outfit e programmarli in base a varie occasioni (vacanze, weekend, per tutti i giorni, ecc.). Importa le immagini, modificali come più ti piace, ordinali in categorie (top, gonne, borse, ecc.) e facilita la ricerca con tag e note.

- CLOSET

Organizza il tuo armadio come preferisci e portalo sempre con te.

- INSPIRATION LIBRARY

Salva tutti i look preferiti e che possono essere la giusta ispirazione per i tuoi outfits.

- CALENDAR

Inserisci i capi d'abbigliamento che indossi di più e le occasioni in cui li indossi, ed organizza outfits che possono esserti utili per il futuro.

“La grande Coco Chanel diceva “l'eleganza non consiste nell'indossare un vestito nuovo”.



Villa Caprile

PIZZERIA • RISTORANTE • RELAIS
www.ristorantevillacaprile.com

Via Monte Arso, 1 - Massa Lubrense
 Tel. 081-8085200 - Cell. 333.4457562
 email info@ristorantevillacaprile.com

Un ammiratore POCO GRADITO...

A tutte le donne piace essere corteggiate, ma talvolta può capitare di non ricambiare l'interesse del corteggiatore in questione.

Mostrati disinteressata

È la prima strategia da mettere in campo con un uomo insistente. Può sembrare semplice e banale, ma non lo è affatto. Un corteggiatore insistente, infatti, tenderà ad interpretare gesti naturali quali un bacio affettuoso, un sorriso o un semplice messaggio come indizi inequivocabili dell'interesse della persona verso cui ha delle mire. Sono, dunque, da evitare tutti quei comportamenti che possono destare il minimo sospetto. Il disinteresse palese deve essere la cifra distintiva di ogni nostra azione. Questo non vuol dire essere scortesi o maleducate, ma fare attenzione alle parole o ai gesti che possono prestarsi a fraintendimento. Se ti manda un sms facciamo passare qualche ora prima di rispondere, se ti invita ad andare al cinema, decliniamo l'invito educatamente dicendo che abbiamo preso un altro impegno, se ti fa un regalo commentiamo che ne abbiamo ricevuto uno identico da un'amica giusto lo scorso Natale.

Alcuni uomini battono immediatamente in ritirata di fronte ad un feed back negativo da parte della donna, altri insistono ad oltranza confidando nel fatto che prima o poi ci sarà un cedimento. Diventare oggetto di un corteggiamento serrato può risultare fastidioso, ecco allora qualche dritta su come liberarsi di un uomo insistente.

Cosa fare

Sono situazioni sempre molto delicate e imbarazzanti. Ecco alcuni consigli pratici, dettati dal buon senso e dall'esperienza:

1 Cerca, per quanto possibile, di evitare gli ambienti che lui frequenta. Cambia i tuoi orari, modifica leggermente le tue abitudini. A volte basta poco perché il suo obiettivo si sposti su un'altra persona, una che magari lo trova anche simpatico...

2 Parlane con i professori, o con un tuo superiore sul lavoro e con i tuoi genitori. Cerca di capire se loro, dalla loro posizione, possono fare qualcosa per aiutarti o potrebbero darti l'idea giusta o una mano risolvere la situazione. E non vergognarti di essere aperta con loro su questo punto.





Roma - Santa Messa in P.zza San Pietro

5 maggio 2013

Euro 23,00 per persona

la quota comprende:

Bus G.T. - Corretto e Assicurazione



Week-End allo Zoo Safari di Fasano Dall' 11 al 12 Maggio

Quota Adulti **Euro 135,00**

Quota Bambini Da 3 a 11 anni in 3/4° letto **Euro 100,00**

Quota Adulti in 3/4 ° letto **Euro 125,00**

la quota comprende:

Bus G.T. - Corretto - Hotel 4****- Pensione completa (bevande incluse)

Visita di Alberobello - Escursione alle Grotte di Castellana -

Biglietto di ingresso allo Zoo e Delfinario - Assicurazione

La quota non comprende:

Biglietto di ingresso alle Grotte - Mance ed extra di natura personale -



Rainbow Magieland Il 23 Giugno 2013

Euro 46,00 per persona

Gratis Bambini fino a 2 anni

Euro 40,00 Bambini da 2 a 10 Anni

la quota comprende:

Bus G.T. - Corretto - Ingresso al parco - Assicurazione



ZOOMARINE 07 luglio 2013

Euro 46,00 per persona

Gratis Bambini fino a 2 anni

Euro 37,00 Bambini da 2 a 10 Anni

la quota comprende:

Bus G.T. - Corretto - Ingresso al parco - Assicurazione



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

BLUMARE VIAGGI: Via San Michele, 13 - 80063 Piano di Sorrento
tel. 081 5321383 fax. 081 5322052 email: info@blumareviaggi.it

Associazione Culturale

MAGIC *Medley* BALLET

ACCADEMIA DI DANZA
DIREZIONE ARTISTICA

CLASSICA E MODERNA
MARILINA IACONO

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

*Sono aperte le iscrizioni
per l'anno accademico
2013/2014*



*Esami in sede riconosciuti a livello internazionale
Crediti formativi*

3 Se ti inonda di messaggi romantici, chiedigli - scherzando - di non mandarti più sms, perché ti riempiono la memoria del cellulare e devi sempre perdere tempo a cancellarli.

4 Affrontalo, ma non da sola. Se tutto quello che hai provato si è dimostrato inutile, e se nonostante tutto lui continua a metterti in imbarazzo con le sue attenzioni, forse è arrivato il momento di affrontarlo direttamente. Meglio se in compagnia di un'amica/o, e in un luogo pubblico. Parlagli con rispetto e tono deciso, digli che non gradisci le sue attenzioni e che vorresti essere lasciata in pace. Di solito funziona.

5 Se invece la cosa non è solo fastidiosa ed hai la sensazione che si siano superati i limiti, allora non esitare, e rivolgiti alle autorità competenti.

33

"Amo un altro"

Se tutti i tentativi per liberarti di lui sono falliti miseramente non ti resta che tentare la strada del 'mi dispiace, amo un altro'. Alcuni uomini, infatti, non trovano alcuna ragione per arrendersi se non in presenza di un rivale. Dire ad un uomo 'non mi piaci', a volte, lascia paradossalmente maggiori speranze rispetto alla dichiarazione d'amore nei confronti di un altro uomo. La prima viene vissuta, infatti, come una posizione che può comunque mutare in virtù di una maggiore conoscenza; la seconda affermazione, invece, non lascia scampo, lui si persuaderà che se la tua mente è occupata da un altro uomo difficilmente potrà spuntarla.



IMMA
STORE

@ngySix®

**SPRING
COLLECTION
2013**

Via Aniello Balsamo, 87 - 80065 Sant'Agnello (NA)
Tel. 081.807.28.47 - e-mail: immastore@tiscali.it

segui ci su 

Cozze Gratinat

Difficoltà: Bassa

Cottura: 15 min

Preparazione: 30 min

Dosi per: 4 persone

Le cozze gratinate sono un delizioso antipasto di mare: si tratta di cozze con il guscio riempito di un buon ripieno composto da mollica di pane, parmigiano e prezzemolo, insaporito dal liquido di cottura delle cozze stesse! Sono davvero semplici e velocissime da preparare e sono la ricetta ideale per aprire una gustosa cenetta a base di pesce.

Ingredienti

Cozze 1 Kg

Aglione 3 spicchi

Prezzemolo tritato 3 cucchiaini

Vino bianco mezzo bicchiere

Olio extravergine di oliva 4 cucchiaini

Pane mollica raffermata 80 gr

Peperoncino rosso fresco 1

Parmigiano Reggiano 50 gr

Pepe q.b.

Preparazione

Per preparare le cozze gratinate, iniziate a pulire accuratamente le cozze, raschiandole e togliendo il bisso tirando con un coltellino. Quando le cozze saranno pulite, mettetele in un tegame con uno spicchio d'aglio, un cucchiaino di prezzemolo tritato, il peperoncino rosso privato dei semi e il vino bianco. Chiudete con un coperchio e fate aprire le cozze a fuoco vivace. Scolate le cozze e filtrate il liquido di cottura con un colino a maglie strette. In una ciotola ponete la mollica di pane tritata, il parmigiano grattugiato, gli spicchi d'aglio tritati, i due cucchiaini di prezzemolo tritato rimasti e l'olio extravergine di oliva. Amalgamate il tutto e aggiungete il liquido di cottura delle cozze fino a che il composto diventerà cremoso, né troppo

**Ritaglia
e conserva
le ricette di
LEGGIMI^{Gratis}**

asciutto, né troppo liquido. Pepate a piacere. Private le cozze del guscio a cui non è attaccato il mollusco e riempite il guscio con il mollusco con il composto precedentemente preparato. Mettete quindi le cozze su una teglia coperta da carta da forno e irroratele con dell'olio extravergine di oliva. Infornate infine in forno già caldo (200°C) in modalità grill per circa 10 minuti, fino a quando le cozze si saranno ben gratinate.

Servite le cozze gratinate calde!



Da Nello Take Away

ROSTICERIA

**GASTRONOMIA e
PIZZA D'ASPORTO**

081 8784611

Via degli aranci, 29 80067 Sorrento (NA)

1 Margherita OMAGGIO

ogni 3 pizze acquistate

presenta questo
coupon alla cassa



BRACCIO Di FERRO



APERTI A PRANZO

Pizzeria Rosticceria
Gastronomia



CONSEGNE A DOMICILIO

Specialità Pizza Messicana

Pizza a Pranzo tutti i giorni

Si preparano Primi e Secondi
piatti a Pranzo



Via Ripa di Cassano, 8/10
Piano di Sorrento (NA) - Tel 081.8786503



In tempi di crisi bisogna ritrovare un po' di spirito d'iniziativa per non rinunciare al piacere di abbellire e rinnovare gli ambienti domestici, realizzando delle soluzioni d'arredo a costo zero o molto contenuti.

Prova anche tu alcune di queste idee pratiche e d'effetto per trasformare la tua casa in un attimo.

GIOCHI di LUCE

Le luci possono essere determinanti nel trasformare l'atmosfera e l'aspetto di una stanza. Basta cambiare il tipo di lampada o lampadario, sperimentare nuove soluzioni led o a basso consumo, modificare l'intensità e l'orientamento delle luci per dare nuova vita ad un ambiente.

Rinnova la tua casa con qualche trucco 'lowcost'

LASCIA IL TUO MESSAGGIO

Perché non dipingere una parte di parete, un angolo o la parete di un armadio con una vernice a effetto lavagna?

Tutti i membri della famiglia potranno lasciare lì i propri messaggi, dediche o promemoria. Oppure, per dare nuova vita e luminosità ad una stanza, utilizza strumenti geometrici per creare linee, composizioni e decorazioni effetto stencil.

NUOVA VITA AI MOBILI

Non è raro avere in casa dei mobili che ci hanno stancato e non ci piacciono più. Niente paura, un modo veloce e semplice per dare nuova vita a un mobile è quello di riverniciarlo, di reinventarne l'uso o semplicemente di cambiarlo di stanza. Prendi il tavolo da cucina e mettilo in giardino, sposta la cassettera nello studio o una vetrinetta dalla cucina allo studio. L'effetto potrebbe essere sorprendente.

EFFETTO COPRENTE

Basta un telo, un arazzo o una tenda per cambiare aspetto a un divano, una parete o una stanza, gioca con i colori e le decorazioni per creare un gioco etnico di grande effetto. Una nuova tovaglia o tovaglietta permette invece di dare un look originale ad una tavola, un tavolino o un soprammobile.

SPACE CLEARING

Spesso con il tempo tendiamo ad accumulare troppe cose in una stessa stanza. Ecco allora che un'idea per rinnovare un ambiente di casa potrebbe essere quella di conferirle un nuovo stile minimalista eliminando tutte le cose superflue: eliminare la collezione di soprammobili per lasciare solo pochi selezionati accessori di design. Eliminare mobili superflui e quadri per creare uno spazio più essenziale e riflessivo. La casa ne acquisterà anche in termini di spazio e di facilità nelle pulizie.



Felicia

fiori e fantasia

di Enzo, Sara, Ernesto Staiano

Composizioni floreali

Piante - Articoli da regalo

Angolo relax per gli amici delle piante

Corso Italia, 292 - 80064 Sant'Agnello (NA)



da Lucariello
Paninoteca - Rosticceria
gastronomia d'asporto

SORRENTO

Via Pietà, 19

Tel.081.8771839



Pietanze da Asporto
su richiesta

Specialità!
PANINO MESSICANO
BURRITOS



Prendi a schiaffi le rughe

Se bella vuoi apparire, un poco devi soffrire



“La terapia, basata su una serie di piccoli schiaffi e pizzicotti, può essere applicata anche ad altre parti del corpo, perché l'effetto di questi colpi rassoderebbero la pelle e perdite di tono. Tale trattamento è utile anche per aumentare le dimensioni e la circonferenza del seno e rassodare i glutei facendoli apparire più sodi.

Da Bangkok arriva un trattamento estetico innovativo contro le rughe. La soluzione definitiva per tutte le donne che ogni giorno si lamentano e richiedono a gran voce un ritocchino a base di lifting. Niente di tutto questo!

Ora è stato ideato un nuovo metodo più naturale, meno dannoso, non dispendioso e soprattutto “casalingo” e pratico. Quindi basta con iniezioni di acidi vari, con anestesie ed invasive tecniche chirurgiche: per diventare più belle semplicemente sberle. Il **face slapping** (schiaffi in viso), che ha radici molto profonde ed antiche,

oltre ad essere ecologica ed economica, è ora una vera e propria moda. Ovviamente i ceffoni sono dispensati da un esperto, e **il trattamento assicura effetti immediati anti invecchiamento.**

Per migliorare il proprio aspetto, questo innovativo metodo è stato messo a punto da Khunying Tobnom, una estetista di Bangkok che lavora in una clinica ufficialmente riconosciuta dal governo, la quale mette a frutto le sue **conoscenze di antiche tecniche di massaggio thailandese.** La cura di bellezza consiste in una serie di rapidi e per nulla leggeri schiaffeggiamenti con le mani delle zone da trattare. Gli schiaffi (quasi) indolore, somministrati ad arte alle pazienti, riattivano la circolazione nelle zone interessate, **rassodano e tonificano i muscoli e producono effetti, a quanto pare, strabilianti.**

Ogni sessione dura 20 minuti, e con una serie di schiaffi in viso e pizzichi strategici sulla pelle, regala un aspetto nuovo,

eliminando impurità e rughe come non fossero mai esistite e trasformando in un lontano ricordo le invasive iniezioni di botox.

Ogni trattamento completo, che comprende un pacchetto minimo di 4 sedute, promette di far emergere la bellezza interiore dei clienti, rassodare la pelle e cancellare le rughe per almeno 1 anno.

Pronti per una sana dose di schiaffi?

Breast-slapping

Risultati quasi garantiti: a forza di pacche, sberle e strizzate si garantiscono un aumento naturale al seno facendovi guadagnare qualche bel centimetro di circonferenza in più. Basta sottoporsi a sei sessioni di dieci minuti l'una di un letteralmente “schiaffeggiamento del seno”. La tecnica sembra proprio funzionare, tanto che la clinica di Khunying Tobnom (nome d'arte di Khemmikka Na Songkhla) da più di vent'anni gode di grandissima popolarità in Thailandia e persino il Ministro della Salute le ha chiesto di avviare dei corsi di “schiaffeggiamento” per istruire nuove operatrici.

ELABORAZIONE DI PIANI DIETETICI PERSONALIZZATI IN STATI FISIologici E PATOLOGICI



gravidanza
allattamento
obesità
diabete
ipercolesterolemia
ipertrigliceridemia
ipertensione...

Educazione alimentare rivolta
ad adulti e bambini

Dietista
Dott.ssa Gaia Anniballi

Cell. 339/8351095

e-mail: gaia.anniballi@virgilio.it

Via Campo degli Aragonesi, 8 - Massa Lubrense

Via delle Rose, 25 - Piano di Sorrento



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





Se pensate che un giretto o una puntatina "tocca e fuga" al parco sia più che sufficiente "per far prendere aria" al bimbo, purtroppo sbagliate di grosso.

Giochi all'aperto per bambini



Va anche sfatata l'idea che vento, pioggerella, nuvole avverse (o raggi troppo caldi, tiepidi, freddi!) rappresentino un serissimo impedimento per mettere un piede fuori casa. Tutti gli esperti sono concordi sui vantaggi dell'aria aperta per il benessere psicofisico del bambino. In ogni stagione dell'anno, stare e sostare all'esterno è un preciso diritto di ogni piccolo, già dai primi mesi di vita e, naturalmente, il gioco all'aperto ha un grande valore fisico, sociale, emotivo, conoscitivo e comunicativo. Non a caso, in Australia, gli spazi all'esterno degli asili nido e delle scuole materne sono chiamati "area di apprendimento. Il bambino, a ogni età,

deve avere la possibilità di usare le mani e toccare, per esempio, i rametti e l'erba di un parco, sentire il profumo del terreno bagnato dopo la pioggia e vedere le sfumature del cielo verso il tramonto. La scoperta del mondo è fondamentale per la crescita del bambino. Per i più grandi, poi, giocare fuori ha una funzione di sfogo ed è utilissimo da un punto di vista psicomotorio.

L'adulto può proporre attività e giochi adatti alla fase di sviluppo del figlio in un semplice giardino, in cortile, al parco... Per stimolarlo nelle sue prime conquiste, per condividere insieme un'esperienza essenziale come il gioco e sostenere la sua socialità.

per la tua
pubblicità
sul

LEGGIMI
Gratis

CHIAMA
380.35.71.772



Giochi per tutti i gusti

BIMBI 1/2 anni

TRAVASI COMMESTIBILI

Se in casa temete che il bimbo sporchi troppo, dimenticate questo pensiero all'aria aperta e offritegli la possibilità di divertirsi con i travasi. Procuratevi contenitori, scatole e recipienti di diverse dimensioni e riempiteli con zucchero, farina gialla, popcorn, pezzetti di ghiaccio. Il gioco dei travasi piace moltissimo a tutti ed è molto importante: affina la capacità di manipolazione e stimola il tatto con sensazioni diverse che il piccolo impara a riconoscere.

VASCA TATTILE

Procuratevi una classica piscina gonfiabile (o una "tinozza" grande e larga con bordi bassi) e selezionate tanti materiali diversi... Ritagli di tessuto, panno, spugnette, palline leggere (ottime quelle ecologiche di mais), quadri di cartoncino, giusto per darvi qualche idea. Potete aggiungere tutto quello che vi suggerisce la fantasia (e il buon senso!) in grado di suscitare impressioni tattili piacevoli. Ovviamente evitate oggetti piccoli che potrebbero essere ingoiati nella foga del divertimento. Una volta completata la raccolta, riempite la vasca e lasciate che il vostro piccolo, coperto solo con il suo pannolino, si "tuffi" tra i materiali sperimentando le sensazioni sulla sua pelle. Ecco un gioco sensoriale divertente e utilissimo per stimolare il bimbo anche molto piccolo.

BIMBI 2/4 anni MOSCA CIECA

È un gioco veramente antico: pare che fosse già diffuso ai tempi dei romani e poi conquistò le corti europee e continua a essere praticato in tutti i paesi del mondo. Proponetelo anche voi al vostro bambino e ai suoi amici, al parco, in giardino o in cortile. Un piccolo giocatore a sorte viene bendato e gli altri si muovono intorno liberamente: la mosca deve cercare di "acchiappare" i compagni e riconoscerli con il tatto. Ancora dubbi sulla sua validità?

Il gioco aiuta ad acuire i sensi, la memoria e ha un'altra importante funzione: esorcizza la paura del buio, abbastanza tipica tra i bimbi di questa fascia di età.

BOLLA GIGANTE

Fare le bolle di sapone è un'attività sempre molto gradita: noi vi suggeriamo una "versione fai-da-te" adatta ai più grandicelli, intorno ai 3 anni e mezzo-4.

Prendete una cannuccia, circa un metro di spago, una bacinella e del sapone liquido per fare le bolle. Tagliate la cannuccia a metà e infilatela alle due estremità dello spago in modo da poterla stringere in mano. Bagnate la corda con il sapone liquido nell'apposita bacinella e, raccomandando al vostro bambino di non lasciare la presa, fate ondeggiare il filo. Piano, piano, ecco apparire una bolla gigante! Divertimento assicurato anche per i più grandi.



41

BIMBI 4/6 anni SCULTURE FREDDE

Ecco un'attività divertente per le giornate più calde che si può svolgere anche sul balconcino di casa. Procuratevi qualche cartone del latte (quelli a parallelepipedo) e riempiteli di acqua, infilateli nel freezer in modo da ottenere dei bei blocchi di ghiaccio. Date al bambino un paio di cucchiaini di metallo (perfetta anche una spatolina, tipo quelle della torta, o un cacciavite piatto se vi fidate) e invitatelo a creare delle sculture con il ghiaccio. Un ottimo modo per "allenare" le abilità manipolative, la fantasia... e stare al fresco!

SARDINE

Il nome non vi dice nulla? Non è nient'altro che il classico Nascondino al contrario! In questa versione, infatti, tutti i bambini fanno la conta (chiedete prima fino a che numero sanno contare, questo cambia molto per ogni bimbo) mentre solamente uno si nasconde. Poi tutti partono alla ricerca dell'amico nascosto. Per stabilire il primo candidato, potete ricorrere alla filastrocca che vi suggeriamo qui sotto. Chi trova il nascondiglio si

mette accanto al compagno e aspetta che anche gli altri bimbi arrivino e si “schiaccino” nello stesso posto. L'ultimo giocatore perde e al turno successivo si nasconde. Questo gioco di ricerca (che spesso piace anche ai bambini più grandi) contribuisce a sviluppare l'attenzione, lo spirito di osservazione e stimola anche vista e udito.

BIMBI **6/8 anni** **BASTIAN CONTRARIO**

Con questo gioco potete intrattenere vostro figlio e un gruppetto di amici, magari in occasione di una festa al parco. Chiedete ai bambini di formare un cerchio e voi mettetevi nel mezzo. Prendete un cappello, un bicchiere e una sedia ed eseguite dei movimenti in sequenza: i bambini devono fare esattamente il contrario di quello che fate. Se, per esempio, vi sedete, i giocatori dovranno alzarsi. Chi ripete lo stesso gesto è invece eliminato, vince l'ultimo bambino che riesce a restare nel cerchio. I possibili benefici? È un sistema divertente per allenare attenzione, memoria e anche i riflessi.

LETTERE **CON IL CORPO**

Questo gioco può coinvolgere un paio di bambini o due squadre. In ogni caso, per il singolo o il gruppo, il difficile

obiettivo è creare una lettera dell'alfabeto con il corpo assumendo “stranissime” posizioni. Agli altri bimbi (o alla squadra) tocca indovinare di che lettera si tratta.

Questa attività strappa sempre il sorriso e impegna tutti i muscoli del corpo. Ma non è tutto: l'esercizio ha anche un valore positivo verso i segni, le lettere, che rimandano al mondo della scuola e a pratiche - scrittura e lettura - “obbligate”.

BIMBI **9/10 anni** **WATERBALL**

Procuratevi dei palloncini gonfiabili, e riempiteli di acqua, e asciugamani da spiaggia per questa attività perfetta per una giornata calda. Tracciate una linea sul terreno di 4-5 metri e create due squadre di numero pari (quindi, minimo 2 ragazzini per squadra, o 4, 8 etc) che si mettono una di fronte all'altra. Ogni coppia tiene l'asciugamano aperto e lo usa per ricevere e lanciare il palloncino pieno d'acqua alla squadra avversaria. Chi fa cadere la “waterball”, non riesce a buttarla oltre la riga, o la fa scoppiare riceve un punto: a quota 3 la coppia viene eliminata. Si procede così con finali e semifinali come nelle “vere” gare. Divertente... e allena in modo “fresco” musco-

li, riflessi e velocità.

FISARMONICA

La mamma può proporre questo gioco a un gruppo di ragazzini in cerchio, magari per una festa di compleanno. E non dimenticate carta e penna per tutti. L'adulto fa una domanda alla volta e, per ognuna, ogni bambino scrive una risposta fantasiosa, piega il foglio e lo passa al vicino. La stessa operazione si ripete per la seconda domanda e vi di seguito: alla fine, ogni giocatore ha un foglio in mano piegato a fisarmonica, dove ci sarà una frase per piega... Non resta che leggere le storielle nate su tutte le “fisarmoniche”. Un premio alla più bizzarra, le risate sono garantite e pensate anche all'esercizio di creatività, scrittura, lettura...

Ecco le domande:

Qual è il momento della

giornata che ti piace di più?

Chi ti è davvero antipatico?

Quale è la cosa che il tuo migliore amico/a fa meno volentieri?

Dove metti le tue cose quando la mamma ti chiede di mettere in ordine?

Dove ti piacerebbe passare un mese da super sogno?

Con chi partiresti per la tua favolosa vacanza?

Cosa dicono i vicini di casa quando giochi e fai le feste con i tuoi amici?



Allestimento per feste
Animazione feste per bambini
Eventi & Matrimoni
Tarantella e spettacoli Disney Show
a cura di **ACADEMY** Organismo Culturale Rito Da Vinci e Valeria Spante
Linea party - Preparazione per torte - Gadget & Peluches
Via Fuorimura, 28 - Sorrento
Infoline 081-3425557 - 3392558782 email michy-83@hotmail.it

Giardullo & C. sas

Agente Allianz Lloyd Adriatico Assicurazioni S.p.a.

Polizza Auto Bonus Malus

Scegli il meglio per
la tua polizza auto

- Protezione totale
senza sorprese
- Abbinabile all'assistenza
satellitare SestoSenso

Allianz 



Sorrento

Corso Italia, 220
Tel. 081.8784216
Fax. 081.8771315

Sant'Agnello

Corso Italia, 39
Tel. 081.8773735

Piano di Sorrento

Piazza della Repubblica 35/bis
Tel. 081.5322899

Meta

Via Cassari 2
Tel. 081.19185190

Massa Lubrense

Via Canale, 3/5
Località Sant'Agata
Tel. 081.5330431

Vieni a visionare le nuove offerte

4 tattiche per gestire le critiche

Quando si riceve una critica ci stiamo male. La prima reazione è mettersi sulla difensiva, alzare subito delle barriere e ce la portiamo dentro per un bel po', spesso rivivendola come il peggior momento che abbiamo passato. Cosa si può fare?

ASCOLTA CON ATTENZIONE

Poni molta attenzione a quello che ti viene detto e come ti viene detto. Spesso chi ti muove una critica usa un linguaggio aggressivo perché parte da un punto di vista personale e magari non è abituato a fare critiche costruttive. Cerca di capire cosa ti vuole comunicare in realtà e quale sia la motivazione che lo ha spinto a parlarti. E' importante non saltare subito alle conclusioni.

Una volta Charlie Chaplin disse: "Ti criticheranno sempre, parleranno male di te e sarà difficile che incontri qualcuno al quale tu possa piacere così come sei! Quindi vivi, fai quello che ti dice il cuore. La vita è come un'opera di teatro, che non ha prove iniziali: canta, balla, ridi e vivi intensamente ogni giorno della tua vita prima che l'opera finisca senza applausi..."

CONTROLLA LE EMOZIONI

Non metterla sul personale. Una critica è sempre verso il tuo operato e non verso di te. Arrabbiarsi, agire d'istinto non ti aiuta a comprendere cosa ti stanno dicendo e offusca il tuo ragionamento. Fai conto che stai imparando sia a capire cosa

hai sbagliato ed eventualmente chiedere scusa, sia a gestire una situazione di contrasto su punti di vista diversi. Il linguaggio non verbale è fondamentale in queste situazioni. Una postura rilassata, respiri profondi e regolari ti permettono di trasmettere calma e anche chi ti sta muovendo una critica o un'obiezione tende a essere meno teso e più costruttivo.

PARLA GENTILMENTE

Un tono di voce pacato e lento è il segreto. Non alzare i toni, esordire con un "ti ringrazio per avermelo fatto notare" pone subito l'attenzione sul problema da affrontare piuttosto che sulla persona. Ripetere quello che ti viene contestato è il miglior inizio per prepararsi a porre domande.

ATTENZIONE:

quando le critiche e il giudizio degli altri arrivano ad influenzare il tuo stato d'animo e il tuo comportamento, è arrivato il momento di fermarsi un attimo e riprendere in mano la situazione! In questi casi c'è un atteggiamento che aiuta molto: sperimentalo! La prossima volta che qualcuno ti critica in maniera ingiustificata, ripetiti mentalmente "chisseneimporta"... fai un respiro profondo, un bel sorriso e lascia andare.

FAI DOMANDE SPECIFICHE

Le domande appunto. Dopo aver ascoltato, ripetuto e messo a fuoco l'oggetto della critica sei pronto per gestire ed eventualmente controbattere la critica che hai ricevuto. Delimita con domande mirate cosa è che hai sbagliato, quale azione nello specifico andava fatta, chiedi consigli su come agire la prossima volta.

Queste semplici regole ti offrono alcuni vantaggi. Vieni considerato una persona comprensiva e capace di accettare critiche consigli e obiezioni. Hai condiviso una critica costruttiva che ti ha permesso di migliorarti.





EURO 20.00 | ADIDAS CALCIO E CALCETTO



EURO 29.00 | GEMS SCARPA CALCETTO



EURO 28.00 | ASICS TUTA



EURO 12.95 | HEAD PALLE TENNIS CONF. DA 3 TUBI



EURO 9.90 | ERREA PANTA VARI COLORI



EURO 69.00 | MUNICH CALCETTO



EURO 30.00 | RACCHETTA TENNIS TECNO PRO- WILSON



EURO 59.90 | 3 MINUTE LEGS



EURO 89.90 | AB ROCKET



DA EURO 16.00 | RACCHETTA TENNIS JR CON FODERO E 2 PALLINE



EURO 25.00 | SCARPE FREDDY



DA EURO 45.00 | MIZUNO WAVE RUNNING



DA EURO 40.00 | SKECHERS



EURO 1.50 | CALZE CALCIO



outlet **eufonie®**
SKIPPER SPORT
A PIANO DI SORRENTO

SCARPE ADIDAS, NIKE, SUPERGA...TROVA IL TUO NUMERO ULTIME PIA A 15 EURO



EURO 39.00 | SCARPE REEBOK



EURO 14.00 | REEBOK BIMBO/BIMBA



EURO 26.00 | NIKE CALCIO E CALCETTO JR



EURO 39.00 | REEBOK ALTA



EURO 42.50 | PUMA SUEDE



DA EURO 15.00 | NIKE CALCETTO JR

Scarpe e Abbigliamento Sportivo

Corso Italia 351/355, Piano di Sorrento tel. 081.8787612

La rivoluzione degli smalti adesivi

Quale donna non ha mai lottato con lo smalto? Sbavature, tempi lunghi per asciugarlo, rischi di difetti nell'applicazione e paura di urtare qualche oggetto dopo averlo messo sono cose davvero molto frequenti quando si ha a che fare con la manicure. Ma c'è un modo per superare questi problemi: gli smalti adesivi.

Applicare lo smalto adesivo

Lo smalto adesivo è un ritrovato della cosmesi in fatto di smalti uscito già da qualche anno in America, ma è arrivato in Italia da poco tempo. L'applicazione può sembrare difficile ma in realtà richiede solo un po' di attenzione e di manualità. Oggi ogni marca offre vasta scelta in fatto di smalti adesivi.

Ma come funzionano?

E' importante che le unghie siano asciutte e pulite e che non abbiano alcun residuo di creme o lozioni, in modo tale che gli adesivi possano aderire al meglio e durare più a lungo. L'applicazione deve ovviamente procedere un dito per volta: prendete l'adesivo, staccate la pellicola protettiva nella parte inferiore dello smalto e posizionate la pellicola di smalto adesivo sull'unghia, stando attente a metterlo nella posizione giusta (in caso di errore, sarà comunque possibile staccare lo smalto prima di averlo fissato).

Dopo aver trovato la posizione ideale, bisognerà premere ripetutamente sull'unghia per fissare lo smalto. Può essere utile, per fare pressione, aiutarsi con un bastoncino per manicure. Dopo aver fissato la pellicola sull'unghia, bisognerà rimuovere la parte in eccesso che fuoriesce dalla parte superiore dell'unghia: prendete un bastoncino oppure una lima levigante e muovetela come a voler limare l'unghia. La parte in eccesso andrà via. Lo smalto è applicato. Per farlo durare qualche giorno in più e renderlo più brillante,



“Come posso fissare bene la mia pettinatura?” - Monica, 21 anni

Per dare style alla tua pettinatura in modo naturale evitando l'effetto cartone, dimenticate la nuvola di lacca vaporizzata generosamente su tutta la capigliatura.

Il consiglio giusto: uno spruzzo generoso di lacca sulle setole di una spazzola piatta. Pettina i tuoi capelli a testa in giù, dalle radici alle punte e procedi con l'acconciatura che preferisci. Impeccabile anche per dare volume ai capelli sottili o domare i capelli ribelli.

si può stendere anche uno strato di topcoat. Si rimuove con il normale solvente.

Tanti i tipi di smalto adesivo, come sceglierlo?

In commercio sono presenti tante varianti: da quelle unicolor a quelle ultradecorate e glittate dorate, argentate o con disegni particolari. Tra questi, si può scegliere liberamente in base al gusto e all'occasione in cui utilizzarlo. L'importante nella scelta, però, è acquistare quelli realizzati al 100% di smalto (è indicato sulla confezione) e non quelli che sono semplici stickers. La praticità degli smalti adesivi, capito come funzionano, è indiscutibile: un prodotto da provare.

Funziona...

Se avete finito la schiuma o il gel per radere le gambe, al suo posto, applicate del balsamo per capelli. La lama del rasoio scivolerà delicatamente evitando ogni rischio di tagliarvi.



via Fuorimura 48/A - Sorrento (NA)
tel. 081.19666242



**GRAFFES
CORNETTI**

WAFFLES

CHURRITOS

CRÊPES

SUGAR FANTASY

caldi al momento!



Pianeta Donna

PARRUCCHIERI

PIANO DI SORRENTO

**ORARIO
CONTINUATO
9,00 - 19,30**



PIEGA E COLORE CON O SENZA TAGLIO € 33,00

PIEGA+TAGLIO+COLPI DI SOLE € 38,00

PIEGA+TAGLIO+COLPI DI SOLE + COLORE € 45,00

TAGLIO+PIEGA € 18,00

PIEGA € 8,00

ALLUNGAMENTO CHERATINA € 200,00

BRASILIANO € 90,00

SHATUSH € 45,00

CALIFORNIA € 35,00

PIEGA BAMBINI DA 0 A 11 ANNI € 5,00

Corso Italia, 245
081 808 84 86 - 320 35 33 968

e.mail: planetadonnapiano@tiscali.it

 Pianeta Donna



Euro



Vasto assortimento di t-shirt, polo, felpe, cappelli
Personalizzazioni con tecnica serigrafica

Forniture per: Enti, Comuni, Scuole

Qualità e competenza

CORSO ITALIA 184/186 - MILANO
www.europeanorganization.com



European Organization



li delle migliori marche nel settore promozionale
erigrafica, termografica e ricami

ole, Aziende, Privati, Associazioni

enza al vostro servizio

ETA - TEL./FAX 081 8088952

- info@europeanorganization.com





Vacanze in Provenza lungo la strada della lavanda

La fioritura delle piante di lavanda in Provenza è uno di quegli eventi da concedersi almeno una volta nella propria carriera di viaggiatori, per poter apprezzare i colori, gli odori e l'atmosfera eccezionale che pervade questo angolo della Francia meridionale. Il vero paradiso della lavanda è il sud della Francia, specialmente l'Alta Provenza, dove nel 1996 è stato definito un vero e proprio percorso che attraversa i campi più belli e ricchi della pianta violacea. La "Route de la lavande" è stata creata con lo scopo di sostenerne la coltivazione, tramite un'offerta turistica di qualità, che informi i visitatori sulle proprietà e le tradizioni legate alla lavanda, ma regali anche i panorami più suggestivi e la migliore accoglienza. Così si scopre un territorio magico, una coperta di profumi e colori costellata di cittadelle e paesi arroccati, che hanno saputo valorizzare la storia e le caratteristiche dell'arbusto: le feste popolari, gli ateliers

e le botteghe vi faranno scoprire le virtù della piccola pianta, da cui si ricava ad esempio un pregiato olio di origine controllata.

Enormi distese viola che si spandono a perdita d'occhio verso il limite dell'orizzonte, punteggiate qua e là dai mandorli in fiore primaverili. Se si vuole godere appieno della bellezza locale, si dovrà scegliere come periodo di visita quello della fioritura, che inizia in primavera. Benché il clima della Provenza sia piacevole e mite tutto l'anno, questo è il periodo più suggestivo per l'esplosione di lavanda, in uno spettacolare contrasto con il giallo della mimosa in fiore.

Chi attraversa il regno della lavanda non potrà trascurare Valensole, piccola borgata abbracciata dalle distese fiorite, custode dell'antico fascino dei villaggi provenzali di campagna. Qui il clima è piacevole tutto l'anno, l'aria tersa odora di lavanda e di timo e la celebre

...Le Corse de la Lavande

Alla lavanda la località termale di Digneles-Bains dedica cinque giorni di festeggiamenti generalmente nell'ultima settimana del mese di luglio o nella prima di agosto, per ringraziare del buon esito del raccolto. Il Corso de la lavande si tiene per le strade e nella centrale boulevard Gassendi dove vengono venduti i prodotti ricavati dalla lavanda (il miele su tutti) e si raggiunge il culmine della festa con la sfilata dei carri a tema ricoperti di fiori, preceduti da un camion che spruzza litri di acqua di lavanda, profumando l'intera cittadina...

pianta viene utilizzata per un'infinità di scopi differenti. Le distillerie e le botteghe ne sono testimonianza: ovunque i cittadini del luogo, orgogliosi, propongono olio essenziale di lavanda, sacchetti ricamati a mano per profumare i cassetti di biancheria, specialità gastronomiche a base di lavanda e prodotti di bellezza a tema.



“La lavanda viene coltivata per estrarre un olio: che, distillato

La terza domenica di luglio, poi, Valensole si anima in occasione dell'immane Festa della Lavanda, importante manifestazione molto sentita dagli abitanti e apprezzata dai visitatori della Francia e d'Europa. Durante la festa le donne del villaggio indossano gli abiti tradizionali delle lavandaie, mentre ovunque vengono distribuiti mazzolini profumati e le bancarelle traboccano di prodotti tipici del luogo. Mostre fotografiche, una funzione in chiesa ed esposizioni di antichi utensili raccontano ai turisti la storia e gli usi della lavanda in Provenza.

a vapore, può essere utilizzato per creare essenze e profumi, ma anche nel campo della fitoterapia. Sono note le sue caratteristiche di antispasmodico e sedative.

La lavanda è un rimedio naturale nei casi di insonnia non grave tramite infusi, tisane, compresse ed integratori. Si è rivelata molto utile nei casi di disturbi funzionali dell'apparato gastrintestinale, come le dispepsie di origine

nervosa, il meteorismo e i disturbi intestinali di origine nervosa.

Questa pianta è utile anche per curare le malattie respiratorie come la tosse stizzosa e l'asma bronchiale, è un coadiuvante per gli effetti collaterali dei farmaci antitumorali e delle radiazioni delle sostanze chimiche tossiche.

La lavanda è impiegata anche come antibatterico, antimicotico ed antivirale, è usata ad esempio per curare emicranie, irritabilità, colon irritabile, tosse e pertosse.



LE NOTTE DI LUCULLO

latavoladilucullo@hotmail.com
339.4426187
Via Rota, 51/53
80067 Sorrento (NA)

Gestion FLASH-Programmi Gestionali Personalizzati

- Semplicità e rapidità nell'utilizzo - Personalizzati per la tua attività
- Massima compatibilità - Utilizzo On-line - Massima sicurezza



Per info: www.ninobuonocore.net e-mail: info@ninobuonocore.net

FIAT LANCIA LO SCONTO PER GLI STUDENTI UNIVERSITARI

In collaborazione con il Ministero dell'Istruzione e con il Patrocinio del Ministero dell'Ambiente, è partita l'iniziativa "Fiat Likes U", un progetto a favore delle Università che offre molteplici vantaggi ai circa 280.000 studenti iscritti agli otto atenei coinvolti nell'iniziativa presenti nelle città di Torino, Roma, Milano, Salerno, Parma, Cosenza, Pisa e Catania. Tutti i modelli Fiat sono offerti agli studenti di questi atenei senza anticipo e con un tasso agevolato al 4,5%, ma chi consegnerà la laurea con 110 potrà usufruire di un tasso 0 mentre i "110 e Lode" avranno in più il massimo sconto possibile, quello riservato ai dipendenti Fiat. Gli studenti iscritti negli atenei italiani potranno inoltre partecipare al progetto "Follow Me" (www.followme.fiatgroup.com), segnalando nuovi potenziali clienti di vetture Fiat, Lancia, Alfa Romeo, Jeep e Abarth. Ogni vendita effettuata grazie alla segnalazione dello studente sarà premiata con un bonus del valore di 100 euro. Dopo 5 vetture vendute il "promoter" riceverà come ulteriore



premio un iPad Mini.

Il progetto Fiat Likes U prevede inoltre il car sharing gratuito per gli studenti universitari, che hanno a disposizione una flotta di Fiat 500L e Panda. Basterà per lo studente entrare nel sito www.fiat.it/likesu, prenotare la vettura e ritirarla nell'area dedicata presso l'Università dove sarà poi riconsegnata entro gli orari pattuiti.

Lo studente potrà utilizzarla a suo piacimento per 24 ore durante la settimana o per un week-end. Inoltre, nelle città dove è attivo il servizio di car sharing "Io Guido", le vetture Fiat possono entrare nelle aree a traffico limitato e parcheggiare gratis.

GLOSSARIO

A

ABC

E' il sistema di sospensioni attive della Mercedes-Benz. Non si limita a variare l'altezza del corpo vettura e le caratteristiche di rigidità e smorzamento di molle e ammortizzatori, ma interviene anche sulla dinamica del veicolo modificando il rollio e il beccheggio dell'auto in accelerazione, frenata e in curva. Il sistema ABC interagisce con l'ESC per rilevare tramite 13 sensori i cosiddetti moti di cassa: rollio, beccheggio e imbardata. Le logiche di controllo della centralina elettronica intervengono di conseguenza tramite i 4 attuatori installati sopra il duomo di ogni sospensione, sfruttando la pressione idraulica alimentata da una pompa radiale a pistoncini. Il confronto fra la posizione del corpo vettura e parametri come velocità, accelerazione laterale e angolo volante viene effettuato ogni centesimo di secondo. Fece il suo debutto sulla Mercedes CL nel 1999, per poi diffondersi sulle vetture top di gamma della Stella a Tre Punte. Oggi è disponibile sui modelli S, CL, SL, comprese le varianti sportive marchiate AMG.

L'UNIVERSITÀ CHE PIACE



Bike Zone

VENDITA e ASSISTENZA

Controllo Scooter e cambio olio
€10,00

SYMPHONY 150

VISION 50 e 100

SH 150

SH 300

SERVIZI:

Collaudi - Tagliandi - Demolizioni - Restauro Moto d'epoca - Soccorso veicoli guasti - Riparazione e sostituzione pneumatici - Rinnovo Targhe

MOTO & SCOOTER

Via Maiano, 13 - Sant'Agnello
tel. 081 807 16 98

La Serena



Gastronomia da asporto

Rosticceria - Sfizerie

Specialità:

Primi Piatti e Enpanadas

Sabato: Pollo Fritto

Pizza Tutte le Sere

**ORGANIZZA DA NOI
LE TUE FESTE E CERIMONIE**



Via dei Pini, 20/22

Piano di Sorrento

Info: 331.4151608 - 334.1281564

gas



clima

Centro Assistenza PIRIMARCHE

Assistenza e Manutenzione Caldaie

Bollino Verde per Revisioni

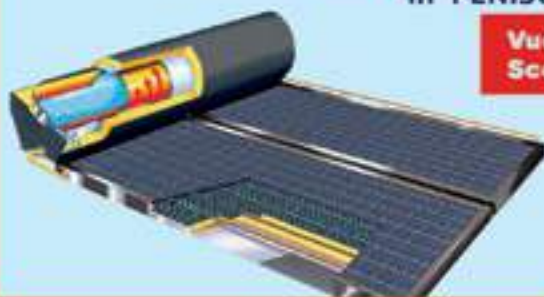
Climatizzazione

Impianti Gas

Impianti Solari per Piscine

**Il tuo Centro Assistenza che NASCE, CRESCE e OPERA
in PENISOLA SORRENTINA**

**Vuoi risparmiare sulla tua bolletta?
Scopri i nuovi climatizzatori in tripla classe A.**



**Stanno per scadere gli incentivi statali!
Chiedi di installarlo ora!**

Chaffoteaux

baltur

MITSUBISHI

argo

ARISTON

FRIGORITAL

HOXAIDO

Corso Italia, 88 - Meta (Na)

Tel /Fax 081.19252307 - Cell. 338.4695674 - e-mail gasclima@inwind.it

FULL CONNECTIVITY,
COSÌ LE HYUNDAI
SONO CONNESSE
AGLI SMARTPHONE

L'auto del futuro è sempre più connessa e hi-tech. Da qui il progetto Hyundai Full Connectivity che al Salone di Ginevra si è concretizzato nella nuova i30 a 3 porte sviluppata in collaborazione con LG Electronics. Questa tecnologia integra l'uso dello smartphone all'esperienza di guida perché con la nuova Hyundai App è possibile connettersi all'auto a distanza tramite smartphone e ad esempio aprirne e/o chiuderne la serratura oppure risalire all'esatta posizione del parcheggio.

ALFA ROMEO 4C,
TRA I SEGRETI DELLA
SUPERCAR DAL
SALONE DI GINEVRA

La supercar due posti di Alfa Romeo è già l'oggetto dei desideri di tanti appassionati. Al Salone di Ginevra tanti occhi sono stati per lei, per l'Alfa Romeo 4C. Gioiello tecnologico e stilistico del made in Italy, l'Alfa Romeo 4C è stata fotografata e filmata da tutte le prospettive. Domenico Bagnasco, responsabile del progetto, rivela alcuni dei segreti e delle caratteristiche di una vettura straordinaria per fascino e prestazioni, nata e sviluppata sotto la sua supervisione: "Le sue caratteristiche principali



La Hyundai App permette anche di verificare il livello del carburante e l'autonomia residua, sfruttare la geolocalizzazione per tracciare dettagli e durata del prossimo percorso e, tramite una videocamera posteriore, consente al guidatore una visione dello scenario retrostante.

La Full Connectivity prevede ovviamente di personalizzare le impostazioni dell'auto a distanza, dalle stazioni radio preferite all'impostazione del layout del menu, in modalità wireless (grazie al MirrorLink) e di navigare in rete, accedere alle email, ai contatti, al registro chiamate e ai contenuti multimediali.



sono sicuramente le performance con un innovativo motore in alluminio da 240 cavalli, con un rapporto peso/potenza inferiore a quattro, quindi lavorando molto sul contenimento dei pesi. Abbiamo adottato una monoscocca in carbonio derivata dalle massime espressioni delle

competizioni, con telai d'alluminio, sospensioni d'alluminio. Al posteriore abbiamo anche un telaio d'alluminio che supporta il motore 1.750 con basamento d'alluminio sviluppato per la vettura. Un cambio a doppia frizione TCT che consente alla vettura di scattare da 0 a 100 km/h in soli 4,5 secondi, anche adottando il launch

control“.

Sulle modalità di guida della due posti Bagnasco commenta: “Vogliamo offrire il massimo delle prestazioni e il massimo del piacere di guida all'utilizzatore della vettura. Ritroviamo sulla vettura il DNA Alfa Romeo nelle classiche funzioni di Dynamic, Normal e AllWeather, ma con un'opzione in più, l'opzione Race, modalità che consente in pista o in condizioni controllate di

togliere i controlli dalla vettura. Senza arrivare a questi estremi già nella configurazione Dynamic riusciamo a garantire il massimo divertimento di



guida, sentendo il giusto livello, fino a un certo limite, del controsterzo, garantita dalla sicurezza elettronica della vettura“.

L'Alfa

Romeo

nell'anno di massima commercializzazione conta di produrne più di 3.000 all'anno e la versione di lancio costerà 60.000 euro.

ELEKTRA

LA TUA OFFICINA DI FIDUCIA
ESPERIENZA E CORTESIA DAL 1994

RISPETTA L'AMBIENTE

ELEKTRAUTO | IMPIANTI GPL E METANO | ANTIFURTI SATELLITARI | OFFICINA MECCANICA



Officine Certificate

LANDIRENZO



Elektra di Ciro Coticelli

Via Motta Bardascini, 95

80050 Santa Maria la Carità (NA)

tel: 081.874 32 18 - 333.74 96 961

info@elektraciro.it

www.elektraciro.it



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



PIANO DI S. tra centro e mare, tranquillo, nel verde, soleggiato, d'epoca: salone con a.k. 2 camere, doppi servizi, balconata abitabile, p. auto. RIF. A 449 (a.c.e/G).

META, prossimità stazione, soleggiata, tranquilla, nel verde, casa bilivelli mq 170, giardino mq 600. RIF. V 681 (a.c.e/G).

PIANO DI S. prestigiosa e signorile villa centralissima, plurilivelli, mq 350 coperti, giardino e terrazzi mq 400. Trattativa riservata. RIF. V 680 (a.c.e/G).

SORRENTO, centrale appartamento panoramico, vista mare: salone doppio, 3 camere, cucina, doppi servizi, ampia balconata. RIF. A 451 (a.c.e/G).

META, lato mare, d'epoca, soleggiato, tranquillo: 2 ampie camere, cucinino, bagno. RIF. A 440 (a.c.e/G).

META, sul mare, panoramichissimo, moderno, rinnovato appartamento: salone doppio, 2 camere, cucina, doppi servizi, lunga balconata abitabile, p. auto e cantinola. RIF. A 439 (a.c.e/G).

POSITANO, tranquillo, moderno, signorile, panoramico: soggiorno con a.k. camera con bagno, cameretta con bagno, 2 terrazze panoramiche, p. auto, piscina. RIF. A 438 (a.c.e/G).

SORRENTO, centrale, moderno, signorile: salone, 2 camere, cucina, bagno, ripostiglio, ampie balconate. RIF. A 435 (a.c.e/G).

S. AGNELLO, centrale, d'epoca, mansarda da ristrutturare mq.72, terrazza mq.25: soggiorno con a.k. 2 camere, doppi servizi. RIF. A 434 (a.c.e/G).

S. AGNELLO, nuda proprietà di monolocale con bagnetto e box auto doppio. Adatto anche come uso studio. RIF. A 433 (a.c.e/G).



PIANO DI S. tra centro e mare, modernissimo, tranquillo: soggiorno con a.k., camera matrimoniale, stanza da bagno, lavanderia, camera in ammezzato con possibilità di bagno, 2 ripostigli, box auto. RIF. A 450 (a.c.e/G).

PIANO DI S. centrale, tranquillo, moderno: ingresso, soggiorno, 3 camere, cucina, doppi servizi, veranda, 2 balconate, ripostiglio. RIF. A 431 (a.c.e/G).

META, casa colonica centralissima, mq

220, vari comodi, bellissimo agrumeto mq 11.000, Accesso carrabile. RIF. V 676 (a.c.e/G).

SORRENTO, semicentrale, porzione di fabbricato colonico mq 225, stalla mq 75, vari comodi rurali, terreno carrabile mq 25.000. RIF. V 677 (a.c.e/G).

SORRENTO, centrale, signorile, in parco: ingresso, soggiorno, 2 camere, cameretta, cucina, doppi servizi, terrazza, cortile, parcheggio. RIF. A 427 (a.c.e/G).

SORRENTO, prossimità centro, attico panoramico: ingresso, soggiorno, 3 ampie camere, cucina, doppi servizi, terrazzo mq. 65, p. auto coperto. RIF. A 426 (a.c.e/G).

META, lato mare, fabbricato d'epoca, signorile: 2 grandi camere, cameretta, cucina abitabile, bagno, bagno-lavanderia, solarium vista mare. RIF. A 424 (a.c.e/G).

META, C.so Italia, moderno: soggiorno, 3 camere, cucina, bagno, ripostiglio, balconate. RIF. A 425 (a.c.e/G).

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

PIANO DI S. collina, tranquillo, panoramico, semindipendente, plurilivelli: doppio ingresso, soggiorno, 3 ampie camere, servizi, grande terrazza vista mare, cortile-giardino carrabile. RIF. V 647 e 350.000 (a.c.e/G).

SORRENTO, collina, fabbricato bifamiliare panoramichissimo sul Golfo, mq 200, ampia cantina, giardino mq 3.500, Accesso carrabile. RIF. V 674 (a.c.e/G).

S. AGNELLO, centralissimo, moderno,

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

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



VICO EQUENSE, prossimità Seiano, in parco signorile, appartamento bilivelli: salone quadrivani, 2 camere, studio, cucina, doppi servizi, ripostigli, ampia terrazza panoramica, giardino. Box auto mq.60. RIF. A 446 (a.c.e/G).

VICO EQUENSE, Arola, ampia porzione di fabbricato da ristrutturare, 2 livelli, mq 290 coperti, giardino mq 700. Accesso carrabile. Divisibile. RIF. V 673 (a.c.e/G).

MASSA L. villa rinnovata panoramichissima 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).

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

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

VICO EQUENSE, Fornacelle, porzione di fabbricato semindipendente, bilivelli, panoramico: 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).

MASSAL, 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).

LOCALI E CESSIONI

SORRENTO e **PENISOLA**, cedesi varie tipologie di attività, in ottime posizioni commerciali.

CHIAMATE PER LOCALITÀ TURISTICHE IN PENISOLA SORRENTINA



IL MELOGRANO DI Davide Gargiulo - Iscrizione Ruolo C.C.I.A.A. di Napoli al n. 2674
COMPRAVENDITE - LOCAZIONI - RISTRUTTURAZIONI - CONSULENZE TECNICO LEGALI - MUTUI
Sede legale: Via Campo di Termini/5 - 80061 Massa Lubrense (NA) Loc. Termini - Fax 081.8095168
Uffici amministrativi: Corso Sant'Agata n. 61 / N - Tel 08180780925 - Fax 0818085154
80061 Massa Lubrense (NA) Loc. Sant'Agata sui due Golfi
E-Mail: ilmelograno73@libero.it - Cell. +39.3336616264

VENDITE

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

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 panoramichissimo 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 - 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.

Massa Lubrense - centro storico- appartamento al piano terra composto da: soggiorno con angolo cottura, camera da letto, bagno e ripostiglio. Buone condizioni € 120.000,00 trattabili.

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi- appartamento al piano terra di circa mq. 50 composto da soggiorno con angolo cottura, camera da letto, bagno e ripostiglio da ristrutturare € 165.000,00 trattabili.

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi- appartamento al piano secondo di circa mq. 90 composto da: soggiorno con angolo cottura, camera da letto matrimoniale, 2 camerette, bagno e ampia balconata panoramica € 320.000,00 trattabili.

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi- appartamento al primo piano di circa mq. 110 con annesso balconata e piccolo cortile, con possibilità di frazionamento in due unità abitative, da rinnovare € 465.000,00 trattabili.

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi- appartamento al piano rialzato su due livelli: piano seminterrato 2 camere con bagno; piano rialzato ampio soggiorno con angolo cottura e piccolo spazio esterno € 250.000,00 trattabili.

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi- centralissimo - graziosa mansarda composta da: soggiorno con camino, 2 camere da letto, bagno, cucina abitabile, ripostiglio, terrazzo a livello vista Capri e terrazzo di copertura attrezzato, completamente e finemente ristrutturata € 450.000,00 trattabili.

LOCAZIONI

Piano di Sorrento - graziosa appartamento in palazzo d'epoca composto da: soggiorno con angolo cottura, camera da letto e bagno. Contratto annuale € 600,00 mensili rif. 41

Penisola sorrentina - cedesi avviata attività di agriturismo.

Piano di Sorrento - graziosa soluzione in palazzo d'epoca con ingresso indipendente composto da: ampio soggiorno, cucinotto, camera da letto, cameretta e giardino a livello. € 1.000,00 trattabili (anche uso studio) rif. 42

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. € 600,00 mensili (ammobiliata) rif. 13

Piano di Sorrento - graziosa mansarda in palazzo d'epoca composta da: ampia camera da letto, cucinotto, bagno e ampio terrazzo a livello panoramico. Contratto annuale € 600,00 trattabili rif. 43

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi- appartamento in villa composta da: soggiorno con angolo cottura, 2 camere, bagno, ampio terrazzo panoramico e po-

sto auto € 600,00 mensili contratto regolare RIF. 18

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi- soluzione semindipendente composta da: ampio soggiorno, cucina, camera da letto, bagno, ripostiglio, balconata panoramica e posto auto € 550,00 mensili contratto regolare

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi- soluzione semindipendente composta da: soggiorno, cucinotto, 2 camere, bagno, ripostiglio e terrazzino € 600,00 mensili RIF. 37

Massa Lubrense - Pastena- graziosa mansarda composta da: ampio soggiorno con angolo cottura, camera da letto, bagno, terrazzo a livello e posto auto Contratto regolare € 500,00 mensili rif. 39

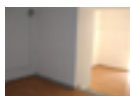
Massa Lubrense - Pastena- graziosa soluzione composta da: Ampio soggiorno con angolo cottura in muratura, camera da letto, bagno e posti auto € 550,00 mensili rif. 40

Disponiamo di numerose soluzioni per locazioni transitorie, settimanali e per weekend.

Tutti gli immobili sopra descritti hanno classe energetica



VIA SAN SERGIO 89 VIA CRADONE, N. 5 MASSA LUBRENSE (NA)
TEL. 081/9463167 - FAX: 081/8081995
DONICILIO FISCALE: VIA CANTONE, N. 45
TEL/FAX: 081/8081095 - 80061 MASSA LUBRENSE (NA)
WWW.SORRENTOHOUSE.COM - 2281811411



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 Aiola. 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. Termini Via Campanella, proponiamo in vendita un appartamento su due livelli con posto auto di pertinenza. Classe energetica attuale: "G" Rif. v.11



MASSA LUBRENSE - Loc. Sant' Agata Sui Due Golfi (Pontone)-Immobile con ingresso indipendente sito al piano terra, composto da: soggiorno, cucina, due camere da letto, doppi accessori e lavanderia. Giardino di pertinenza a livello. Zona Tranquilla. Rif. v. 13
€ 300.000,00



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



TORCA - Via Monticelli, casa con ingresso indipendente, composta da: ingresso in soggiorno con camino, zona pranzo, cucina e bagno al piano terra. Piano primo: camera da letto e bagno. Piano secondo (mansarda): camera da letto e terrazzino panoramico. Recente ricostruzione e con impianti a norma. Garage di nuova costruzione. Classe energetica attuale: "G" rif. v. 4
€ 330.000,00



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



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

SORRENTO - Via degli Aranci, appartamento in stabile condominiale con ascensore. L'immobile si compone di: ingresso, soggiorno con angolo cottura, camera matrimoniale, camera e servizio. Due balconi a livello. Termoautonomo. Posto auto condominiale. Rinnovato. Ottime rifiniture. Classe energetica attuale: "G" Rif. V. 9
€ 630.000,00

PROPOSTE DI LOCAZIONE:

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

OFFERTA TONER

Riprint

Via Aniello Balsamo, 21 80065
Sant'Agnello (Na)
Tel. 0813413396 - Cell: 3386950966
www.riprint.it - riprint@riprint.it



HP Q2612A
€15



HP CB435/436
€16

FINO A ESAURIMENTO SCORTE...

per la tua
pubblicità sul

LEGGIMI

Gratis

CHIAMA

380.35.71.772

OFFERTA Salvacrisi a soli

1200€

servizio fotografico completo

(fotolibro 30x40 e videoregistrazione in DVD)

un poster 70x100 in OMAGGIO

per chi prenoterà entro e non oltre il 31/04/2013



Via Garibaldi 43/45 - Sorrento (NA) tel. 081.3388879 cell. 339.2271393
domenico.falgiano@gmail.com www.domenicofalgiano.it

PEGI

IMMOBILIARE

IMMOBILIARE PEGI DI GIUSY PERRINO

CONSULENZA, GESTIONI IMMOBILIARE, VENDITE E AFFITTI

VIA LEGITTIMO, 37 - 80063 PIANO DI SORRENTO (NAPOLI)

TEL. 081.8773597 FAX. 178.2256266 CELL. 347.9106541

www.pegi.it



**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. € 500.000,00. (A.C.E.-G) Rif. A002

SORRENTO via degli Aranci - 3° piano appartamento composto da 3 stanze, cucina, bagno, cantinola e posto auto. € 470.000,00. (A.C.E.-G) Rif. A003

SORRENTO centro storico - appartamento 95mq, composto: 2 stanze da letto, soggiorno, cucina e bagno+ mansarda e terrazzo. € 630.000,00. (A.C.E.-G) Rif. A005

SORRENTO - centro storico - appartamento di 80mq, 3° piano senza ascensore composto da 2 camere da letto, ripostiglio, soggiorno, cucina e bagno; da ristrutturare. € 610.000,00. (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 105mq. + garage 15mq. + posto auto nel parco. € 900.000,00 (A.C.E.-G) Rif. C001

SORRENTO - centrale - appartamento al 2° piano composto da soggiorno, 2 stanze da letto, 2 bagni, cucina + terrazzo. Copertura di esclusiva proprietà. € 610.000,00 (A.C.E.-G) Rif. A008

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

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

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. € 630.000,00. (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. € 650.000,00. (A.C.E.-G) Rif. A014

META - appartamento di 75mq, al 2° piano. € 390.000,00. (A.C.E.-G) Rif. D002

META - prima periferia - terreno di 900mq, con accesso carrabile + deposito di 80mq. € 230.000,00 (A.C.E.-G) Rif. D003

VICO EQUENSE - località Montechiaro - terreno panoramico di mq.5000 con entostante deposito accesso pedonale. € 150.000,00 (A.C.E.-G) Rif. E001

META - garage non pertinenziale di 39mq. € 85.000,00. (A.C.E.-G) Rif. D004.

META - appartamento di 135mq, al 1° piano con ascensore composto da salone doppio, cucina abitabile, 2 camere da letto, 2 bagni + garage di 39mq. + posto auto esterno. € 830.000,00. (A.C.E.-G) Rif. D005.

SORRENTO - centro - negozio di 160mq, in zona commerciale. **Trattativa riservata.** (A.C.E.-G) Rif. A015.

SANT'AGNELLO - garage non pertinenziale di 31mq. € 110.000,00 (A.C.E.-G) Rif. B004

SANT'AGNELLO - appartamento centrale composto da 2 camere da letto, 2 bagni, salone, angolo cottura + terrazzino + garage. € 630.000,00. (A.C.E.-G) Rif. B005

MASSA LUBRENSE - località Pastena - al 2° piano appartamento di 80mq, composto da 2 stanze da letto, 2 bagni, salone, cucina + cantinola di 10mq. € 380.000,00 (A.C.E.-G) Rif. F005

META - appartamento di 100mq, al 2° piano (con ascensore) composto da 2 camere da letto, bagno, cucina, soggiorno + posto auto al coperto di proprietà. Da ristrutturare. € 450.000,00. (A.C.E.-G) Rif. D006.

SORRENTO - località Casarano - terreno panoramico di 4500mq. c.a. € 150.000,00 trattabili. Rif. A017

SORRENTO - centro - piccolo appartamento al 5° di 45mq, composto da una stanza da letto, soggiorno, bagno e piccola cucina. Da ristrutturare. € 350.000,00 (A.C.E.-G) Rif. A018

SORRENTO - centro - al 1° piano piccolo appartamento di 45mq, composto da una stanza da letto, soggiorno con angolo cottura e bagno + box auto non pertinenziale. € 360.000,00 (A.C.E.-G) Rif. A019

SORRENTO - al 1° piano appartamento di 120mq. + mansarda di 80mq + deposito di 100mq. **Trattativa riservata.** (A.C.E.-G) Rif. A020

SORRENTO - prima periferia - appartamento ristrutturato semindipendente di 110mq, su due livelli. € 520.000,00 (A.C.E.-G) Rif. A021

SORRENTO - prima periferia - appartamento ristrutturato semindipendente di 60mq. € 290.000,00 (A.C.E.-G) Rif. A022

PIANO DI SORRENTO - deposito di 200mq. + terreno di 900mq. Accesso carrabile. € 490.000,00 (A.C.E.-G) Rif. C010

PIANO DI SORRENTO - zona residenziale - appartamento di 120mq, da ristrutturare + garage + cantinola. € 580.000,00 (A.C.E.-G) Rif. C011

SANT'AGNELLO - garage centrale di 18mq, a livello strada su Corso Italia. € 38.000,00 (A.C.E.-G) Rif. B006

PROPONE IN FITTO

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

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

SORRENTO - centro storico - locale di 50mq. € 650,00. (A.C.E.-G) Rif. A004

SORRENTO - centro storico - locale di 35mq. € 600,00 (A.C.E.-G) Rif. A005

POSITANO - appartamento in buone condizioni composto da 2 camere da letto, soggiorno con angolo cottura + terrazzino.

SORRENTO - locale commerciale di 120mq. Rif. A007

SORRENTO - locale commerciale di 300mq. **Trattativa riservata.** Rif. A008

CESSIONI

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

SORRENTO - centro storico - cedesi attività. Trattativa riservata. Rif. A005

COFFEE SHOP 119

DI RUSSO MICHELANGELO

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



NAUTICA SIC SIC

Porto di Sorrento



Noleggio Barche
Escursioni
Giorno e Notte
Taxi mare
Servizio Skipper



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



WWW.NAUTICASICSIC.COM

**Boat Excursions to Capri,
Positano, Amalfi and Ischia**

Info: 081.8072263 - 330756947 - 3357736005

Diamo i numeri!

Scrivi i numeri per esteso, trascrivi nello spazio in basso le
letterine indicate dai simboli e troverai la risposta a: **Unisci i puntini**

PER LA SMORFIA LO FA LA PAURA



9 _____

8 _____

20 _____

4 _____

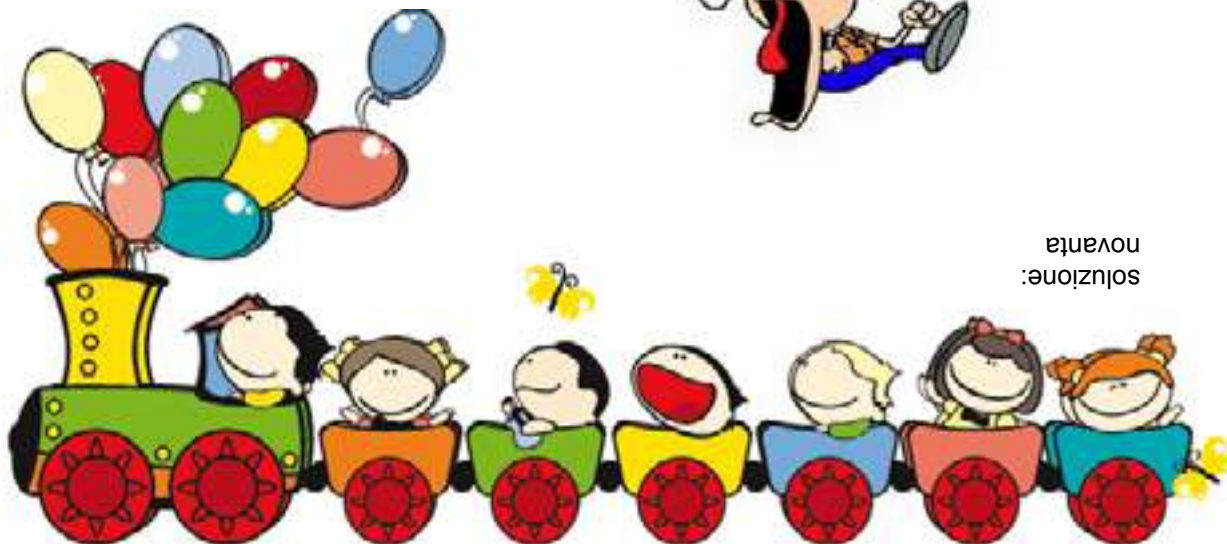
1 _____

3 _____

24 _____



soluzione:
novanta





**E' ORA di dare
valore al tuo**



**Corso Italia, 83
PIANO DI SORRENTO
di fronte ai Carabinieri**

Le pillole d'oro di OroConvert



Quando ti rechi in un compro oro l'operatore *DEVE* pesare gli oggetti davanti ai tuoi occhi dandoti la possibilità di leggere sulla bilancia il peso di ciò che gli hai portato.
Da OroConvert la *BILANCIA A VISTA*, in una posizione comoda e pratica, ti permette di verificare insieme a noi il corretto peso del tuo oro!



La legge italiana non consente ai Compro Oro di recarsi a casa dei clienti per effettuare valutazioni e acquisti a domicilio.
DIFFIDA da chi pubblicizza e propone di venire a casa tua, anzi avvisa subito le forze dell'ordine.



Quando vendi il tuo oro *NON firmare MAI moduli in bianco*, controlla sempre che quello che è indicato corrisponda a ciò che hai venduto: descrizione, peso, prezzo. Per ogni singolo oggetto.

ATTENZIONE! Verifica che sul modulo che firmi sia indicato il prezzo pattuito. Operatori disonesti potrebbero darti molto meno di quanto ti spetta ed inserire il prezzo reale solo dopo che sei andato via, intascandosi la differenza al posto tuo!

Leggi gli altri consigli su:



oroconvert.pianodisorrento



2 - 28 aprile 2013

ACQUA & SAPONE

sfoglia il volantino su:
www.acquaesapone.it
seguici anche su: Facebook



Piazza della Repubblica 19/21 - Piano di Sorrento - Domenica aperto dalle 9.30 alle 13.00

€ 0.99 ⁵⁰
€ 1.19



FINE MELA
LIMONCITO / SASSA / FRAMBOISE
/ THE OIL / BAMBINO / PINK

€ 8.45 ⁵⁰
€ 9.95



ACQUA & SAPONE app

acqua&sapone app

scaricala per iPhone o Android



Per risparmiare basta applicarsi.

Con l'applicazione potrai essere sempre
aggiornata sulle novità, trovare il punto vendita
più vicino o ricevere i nostri consigli.
Scopri le offerte esclusive e le tante altre funzioni pensate
per farti vivere ogni giorno il mondo Acqua&Sapone.



€ 1.37 ⁵⁰
€ 2.75

1. GIARDINO DEI SENSI
DOCCIA/BAIA AROMATICA
250 ml. € 1.489

€ 1.49 ⁵⁰
€ 2.98

2. GIARDINO DEI SENSI
SAPONE DOCCIA AROMATICO
250 ml. € 2.049

€ 2.95 ⁵⁰
€ 5.90

3. GIARDINO DEI SENSI
RIFINO
200 ml. € 2.049

€ 2.99 ⁵⁰
€ 5.98

4. GIARDINO DEI SENSI
CREMA CORPO AROMATICA
200 ml. € 1.999

Sudoku

Inserisci i numeri, 1,2,3 e 4 in modo che in una riga non si ripetano mai.

3		2	
	1		4
4			2
	2	4	



Crucipuzzle

Trovate le parole in senso verticale, orizzontale, dall'alto al basso e viceversa.

Le lettere rimanenti vi daranno la soluzione



OSCURO

ACQUEA

AQUILA

INNOCUO

EQUATORE

ACQUARIO



CULLA

CIRCUITO

QUERCIA

ACQUAIO

EQUIVOCO

QUERELA

A	Q	U	I	L	A	E	U	Q	C	A	E
C	U	L	L	A	C	Q	U	A	I	O	Q
Q	E	S	O	Q	Q	U	A	D	R	O	U
U	R	O	S	C	U	R	O	A	C	C	A
E	C	Q	U	E	A	V	A	C	U	O	T
D	I	A	L	E	R	E	U	Q	I	R	O
O	A	C	Q	U	I	S	T	A	T	O	R
T	U	I	N	N	O	C	U	O	O	G	E
T	I	O	E	Q	U	I	V	O	C	O	L
O	C	U	S	C	I	N	E	T	T	O	A
R	I	S	C	I	A	C	Q	U	A	R	E

CUSCINETTO

ACQUISTATO

VACUO

SCQQUADRO

ACQUEDOTTO

RISCIACQUARE



soluzione:
acquario



Soluzione: Sinonimo di piovgerellina (12)

Giudichi in base alle apparenze?

L'opinione che facciamo di una persona o di una situazione si basa su idee e pregiudizi derivanti dal nostro universo sociale o culturale o anche dalla nostra esperienza di vita. Ma talvolta le prime impressioni e le apparenze ingannano... Questo test ti permetterà di scoprire il tuo grado di obiettività.



**PER STRADA VEDI
UNA DONNA CON
UN CAPPELLO
STRAVAGANTE:**

1

- Se a lei piace, i gusti sono gusti!
3 punti
- Avrà bisogno di farsi notare!
1 punto
- In giro si vede veramente di tutto!
2 punti

**IL TUO VICINO DI
CASA TI SALUTA
RARAMENTE.
PENSI:**

2

- Non lo saluterò più neanch'io!
2 punti
- Deve avere delle preoccupazioni!
3 punti
- Forse ce l'ha con me per qualcosa...
1 punto

**HAI AVUTO UN COLPO
DI FULMINE PER UN
UOMO/UNA DONNA.IL
GIORNO DOPO, RIPENSI
SOPRATTUTTO A:**

3

- La sua voce melodiosa.
1 punto
- Il suo sorriso aperto.
2 punti
- Il suo sguardo sottile.
3 punti

**TI PRESENTANO UN
NUOVO COLLEGA. HA
LE MANI SUDATE.
PENSI:**

4

- Forse è un po' teso...
3 punti
- Comincia male!
1 punto
- Ancora un uomo senza carattere!
2 punti

**PENSAVI CHE IL TUO VI-
CINO DI TAVOLO FOSSE
FREDDO E DISTACCATO,
MA INIZIA A FARE DEL-
LE BATTUTE:**

5

- Poveretto, cerca di essere simpatico!
2 punti
- E' più divertente di quanto pensassi...
1 punto
- Chissà perché non mostra mai questa parte di sè!
3 punti

**INCONTRI IL/
LA FIDANZATO/A
DELLA TUA AMICA IN
COMPAGNIA DI UNA
BELLA DONNA/ DI UN
BEL UOMO:**

6

- Non bisogna pensare subito al peggio, però...
1 punto
- Magari è solo un amico/a, perché no!
3 punti
- Sei in collera: non bisogna mai fidarsi di nessuno!
2 punti

MDA

AUTOTRASPORTI

Michele De Angelis
corriere

Sorrento/Napoli - Traslochi - Piccole Commissioni
Consegna in giornata - CIS Nola - Sorrento

Via San Renato, 31 - Sorrento 80067 (NA)

mob. +39 338 59 74 754

Via dei Chiavettieri, 54 - 800133 NAPOLI

mob. +39 346 08 64 016

info:

Michele 3385974754

Annalisa 3387193962



**Centro Ippico Sorrento
Equitazione ASD
Via Nastro Azzurro, 19
Piano di Sorrento**

presso
AGRITURISMO PICCOLO PARADISO
Tel. 081.808.38.69

**Scuola di Equitazione e Pony Club
"dai primi passi alla squadra agonistica"
Campus estivi dal lunedì al venerdì
Feste di compleanno con pony
Visite didattiche ludico-sportive
Giri a cavallo x grandi e piccoli**

Settembre 8,10 pagine 2009



ITALFORNITURE

Alberghi | Bar | Ristoranti | Comunità | Scuole | Privati

BARBECUE
A PARTIRE DA € 20



VALIGETTE BARBECUE
A PARTIRE DA € 20,00



AFFETTATRICI
A PARTIRE DA € 300,00



FRIGGITRICI
A PARTIRE DA € 130,00



VASTO ASSORTIMENTO
DI PENTOLE E PADELLE



PLUTONE
€ 450



SACCHETTE DI
CARBONELLE 100%
LEGNO PURO € 5

SIAMO ANCHE SU FACEBOOK

Via Cavone, 14 - 16 | Piano di Sorrento | Tel. 081.534.22.43 | Tel. 081.808.0746
info@ital-forniture.it - www.ital-forniture.it

**LE/GLI HAI APPENA
DICHIARATO IL TUO
AMORE. MA TI SORRIDE
DISTOGLIENDO LO
SGUARDO:**

7

- E' chiaro che non ti ama.
2 punti
- Sei deluso/a. Ma almeno ci hai provato...
1 punto
- Deve sentirsi commossa/o...
3 punti

**LA DONNA/L'UOMO
DI CUI TI SEI
INNAMORATO/A POR-
TA LA FEDE AL DITO :**

8

- Non ci pensi, ti piace troppo...
1 punto
- Le/Gli parli per sapere come stanno veramente le cose...
3 punto
- Ancora un'altra/o sposata/o ! Lasci perdere subito...
2 punti

Nessun giudizio definitivo

(fino a 13 punti)

Indubbiamente sei una persona spontanea. Quando conosci qualcuno, te ne fai rapidamente un'opinione. Se la persona non ti piace, la lasci perdere. Ma se scatta qualcosa allora fai di tutto per costruire un rapporto solido e sincero. Ma riesci anche a non rinchiuderti in giudizi definitivi. Ti capita di modificare la prima impressione ricevuta ("E' più intelligente di quanto pensassi", "Pensavo fosse più premuroso", ecc...) e accetti facilmente il fatto di esserti sbagliato/a. In tali situazioni, certe persone ti trovano volubile. In realtà hai la straordinaria capacità di rimetterti in discussione, di spezzare la catena dei giudizi e dei comportamenti inconsci legati a certe persone o situazioni. Rimanendo aperto/a ai modi di pensare e agire altrui hai imparato a giudicare in modo più sereno e obiettivo i tuoi comportamenti e quelli di chi ti circonda. Hai capito che stereotipi e pregiudizi non aiutano a conoscere meglio gli altri e a vivere situazioni nuove ed interessanti. Tutto è relativo e te ne sei reso/a conto perfettamente...

L'apparenza conta molto

(dai 14 ai 19 punti)

Stai molto attento/a al modo in cui le persone o le situazioni si presentano. Sei indubbiamente una persona dotata di una grande sensibilità. Il che ti permette di provare delle impressioni molto forti. Se una persona non ti piace, scatta subito l'allarme e fai di tutto per allontanare il pericolo. Ti succede anche di perdere delle occasioni solo perché "c'è qualcosa che non ti convince". Credi ciecamente nelle tue sensazioni, nella tua intuizione. Eppure ti sei già sbagliato/a più di una volta... Perché metti subito le mani avanti? Quando sono troppo rapide, le tue reazioni possono dipendere da pregiudizi inconsci o da esperienze passate che ti impediscono di essere sereno/a e imparziale nei confronti di persone o situazioni presenti. Cerca di disfarti dei condizionamenti interni. Ti sentirai più leggero/a e aperto/a verso altri punti di vista e quindi più obiettivo/a nel giudicare la tua vita e quella degli altri.

Oltre le apparenze

(dai 20 punti in poi)

Per te l'abito non fa assolutamente il monaco! Anzi, cerchi sistematicamente di andare al di là delle apparenze nei confronti di una persona o di una situazione. Cerchi sempre di capire cosa si nasconde dietro la facciata... e spesso trovi di aver fatto bene. Sei intimamente convinto/a che in ogni persona ci sia un tesoro, talvolta ben nascosto, tutto da scoprire... Questa filosofia di porta verso gli altri, alla ricerca di complicità e amicizia. Accetti i difetti di chi ti sta vicino, senza dar loro troppa importanza. Da dove viene questa straordinaria saggezza? E' possibile che i tuoi genitori ti abbiano insegnato l'arte della saggezza. Oppure hai imparato a tue spese che un giudizio negativo può fare molto male... Ed hai capito che è importante ascoltare e rispettare ogni persona nella sua integrità. Bravo/a! La straordinaria obiettività ti permetti di arricchirti di sempre nuovi punti di vista. Continua ad essere così aperto/a. Tuttavia stai attento/a a non accettare qualsiasi comportamento per la sola ragione di rispettare la libertà altrui. Ricordati di dar voce anche ai tuoi desideri.

Test

67

Caffè BLU SNACK BAR

food & drink

NUOVA GESTIONE

Pizze e Crocc'hè caldi tutti i giorni...

Dolci artigianali su prenotazione
Torte, Cannoli, Cassate... direttamente dalla Sicilia

E tanti altri servizi...
tra cui Ricariche, Scommesse Sportive...

segui le nostre offerte su:
Luca Caffè Blu

CAFFÈ BLU - Via F.SAVERIO CIAMPA, 32 - 80065 - SANT'AGNELLO (NA) - TEL. 0810120313



Film di genere drammatico della durata di 98 min. diretto da Sacha Gervasi e interpretato da Anthony Hopkins, Helen Mirren, Scarlett Johansson, Danny Huston.

Prodotto nel 2012 in USA e distribuito in Italia da 20th Century Fox il giorno 04 aprile 2013.

Trama: Nel 1960 Alfred Hitchcock decide di girare quello che diventerà uno dei suoi capolavori: Psycho. Consigliato da sua moglie Alma, il regista procede con la lavorazione del film, che vede protagonisti Anthony Perkins, Janet Leigh e Vera Miles, ed è ispirato ad un romanzo di Robert Bloch. Sul set l'atmosfera è vivace, tra le pressioni dello studio e le esigenze del regista.

Cinema

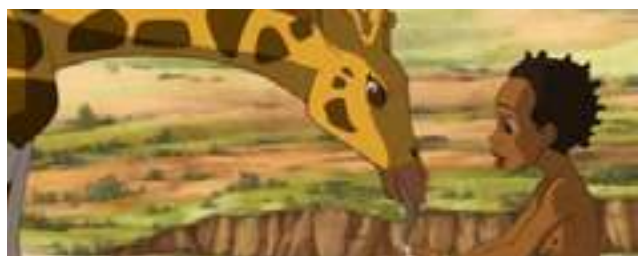
i film del mese di Aprile

Oblivion

Film diretto da Joseph Kosinski e interpretato da Tom Cruise, Andrea Riseborough, Olga Kurylenko, Nikolaj Coster-Waldau, Morgan Freeman, Melissa Leo.

Prodotto nel 2013 e distribuito in Italia da Universal Pictures il giorno 11 aprile 2013.

Trama: Nel futuro la Terra è diventata troppo tossica per viverci e gli umani si sono trasferiti in città sopra le nuvole, lontano dalle radiazioni. Sul Pianeta è rimasto solo Jax, solitario umano. Un giorno Jax si imbatte una misteriosa donna precipitata sulla Terra che modificherà per sempre le sue certezze.



Le avventure di Zarafa – Giraffa Giramondo

Film d'animazione della durata di 78 min. diretto da Rémi Bezançon, Jean-Christophe Lie. Prodotto nel 2012 in Francia e distribuito in Italia da GoodFilms il giorno 04 aprile 2013.

Trama: Sotto un albero nel cuore dell'Africa, un vecchio saggio racconta a dei bambini la storia dell'amicizia tra il giovane Maki e la giraffa Zarafa. Maki è appena riuscito a sfuggire a un trafficante di schiavi, mentre Zarafa viene presto catturata e promessa come dono al Re di Francia: il ragazzo, però, non può permettere questo. Così, Maki si imbarca in un avventuroso viaggio in mongolfiera fino a Parigi, per salvare la sua amica.



Attacco al potere

Film di genere azione, thriller diretto da Antoine Fuqua e interpretato da Gerard Butler, Morgan Freeman, Radha Mitchell, Dylan McDermott.

Prodotto nel 2013 in USA e distribuito in Italia da NotoriousPictures il giorno 04 aprile 2013.

Trama: Un ex agente dei servizi segreti male in arnese diviene l'unica speranza degli Stati Uniti quando la Casa Bianca viene assalita dai terroristi.

ENAP *SCUOLA*

dal 1984 ... al servizio dei giovani

Corsi aut. dalla Reg. Campania art. 14 legge 845/78



UNISU
Totomulti Informatica della Scuola Unica
NICCOLÒ CUSANO



- **Assistente Studio Medico**
- **O.S.A. (Operatore Socio Assistenziale)**
- **Operatore di Infanzia**
- **Operatore di Computer**

- **R.E.C. (Requisito per il Commercio)**
- **R.A.C. (Rappr. Agente di Commercio)**
- **Agente Affari in Mediazione**
- **Sicurezza sul Lavoro (D. Lgs. 81/08)**

CORSI PER ALIMENTARISTA

PATENTE EUROPEA DEL COMPUTER

Info: C/MARE DI STABIA – VIA SIMMACO, 1 - ☎ 081 872.70.48 – 081 870.58.40

TORRE DEL GRECO - VIA MARCONI, 27 - ☎ 081 881.46.75

www.enapscuola.com - info@enapscuola.com

RECUPERO ANNI:

RAGIONERIA – GEOMETRA - ALBERGHIERO - TECNICO - MECCANICO



Iron Man 3

Film diretto da Shane Black e interpretato da Robert Downey Jr., Gwyneth Paltrow, Don Cheadle, Guy Pearce.

Prodotto (anche in 3D stereoscopico) nel 2013 e distribuito in Italia da Walt Disney Studios Motion Pictures Italia il giorno 24 aprile 2013.

Trama: Tony Stark dovrà combattere contro un nemico dal potere illimitato, chiamato Il Mandarin. Quando Iron Man vedrà il suo mondo personale distrutto per mano del suo nemico, intraprenderà una straziante missione alla ricerca dei responsabili. Si tratterà di un'impresa che metterà a dura prova il suo coraggio in ogni momento. Con le spalle al muro, Stark dovrà sopravvivere senza i dispositivi da lui creati, fidandosi solo del proprio ingegno e istinto per proteggere le persone che ama. Tutto sembra perduto, ma per un eroe come lui risorgere dalle ceneri non sarà un problema.

House at the End of the Street

Film di genere thriller della durata di 101 min. diretto da Mark Tonderai e interpretato da Jennifer Lawrence, Max Thieriot, Elisabeth Shue, Gil Bellows.

Prodotto nel 2012 in USA, Canada e distribuito in Italia da Eagle Pictures il giorno 24 aprile 2013.

Trama: Una giovane si trasferisce con la madre in una nuova città e scopre che la casa di fronte alla loro è stata teatro di un doppio omicidio. La situazione si complica quando la ragazza stringe amicizia con il solo sopravvissuto del massacro.



Le avventure di Taddeo l'esploratore

Film di genere animazione diretto da Enrique Gato.

Prodotto (anche in 3D stereoscopico) nel 2012 in Spagna e distribuito in Italia da Eagle Pictures il giorno 11 aprile 2013.

Trama: A causa di un fortuito errore Tad, un muratore sognatore, viene scambiato per un archeologo e assunto per una pericolosa missione in Perù. Con l'aiuto del fedele cane Jeff, della bella e giovane archeologa Sara, del pappagallo muto Belzoni e della guida peruviana imbrogliona Freddy, Tad si imbarca in un'avventura piena di misteri per salvare la mitica città degli Incas da un gruppo di malviventi alla ricerca di antichi tesori.





abbigliamento ed oggettistica personalizzata



ABITI DA LAVORO CAVALIERE

**ottimo rapporto
qualità/prezzo**

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



Kit Calcio Zeus
(maglia+pantaloncino)
minimo 4pz
da € 15,00
compreso di
stampa nome + numero



gadget pubblicitari:



zerbini personalizzati
INTARSIATO



gadget da regalo:

**dal secondo acquisto
riceverai la fidelity card
che ti darà diritto
ad uno sconto
del 20%**



stampa digitale su piccolo e grande formato:

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

PREVENTIVI GRATUITI

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

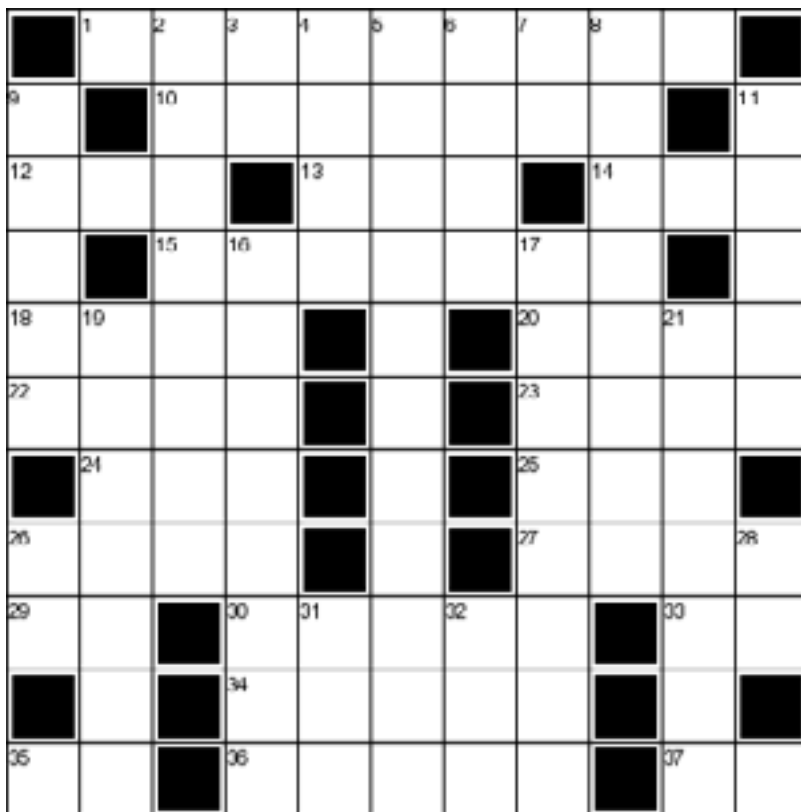
CRUCIVERBA

Orizzontali-----

1) città del kazakhstan 10) un andrea cantante 12) un "si" francese 13) carlo senza pari 14) un tipo di assicurazione per autoveicoli 15) cospirare nell'ombra 18) produttore giapponese di caschi per moto 20) ne ha molte il creativo 22) ciascuno dei segni dell'antico alfabeto germanico 23) inutile, destinata a non riuscire 24) ottobre in breve 25) fuori moda 26) società piemontese in ambito telefonico 27) città della Francia nell'Alsace 29) le prime di wafer 30) tirchie 33) le prime di zumare 34) la grande tinozza girevole dei luna-park 35) bisessuale...agli estremi 36) ninfa del monte Ida amata da Paride 37) acidoumico in centro

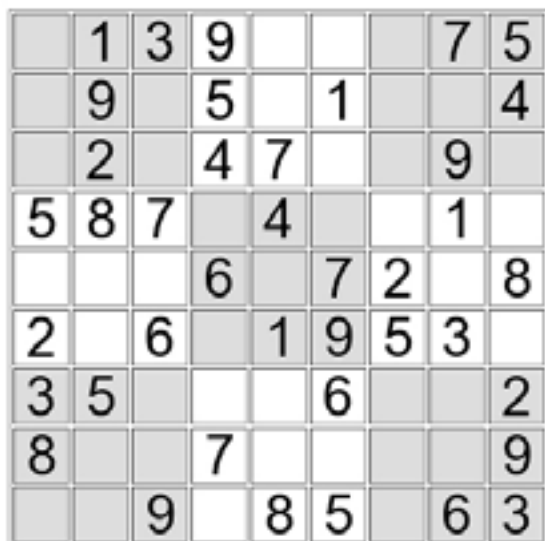
Verticali-----

2) abitatore, cittadino 3) carota nel mezzo 4) la lettera muta 5) apparso, formato 6) modello di barca a vela 7) download in centro 8) città dell'Etiopia 9) Jan, il regista del film "il negozio al corso" 11) gradinate di antichi teatri 16) reimpiegare, riadattare 17) esigere, richiedere 19) alternarsi, avvicinarsi 21) endoparassita 26) le prime di swami 28) le prime di nuvoloso 31) il de' dei tedeschi 32) famoso cantante italiano



SUDOKU

LIVELLO DIFFICOLTÀ: facile



SUDOKU

LIVELLO DIFFICOLTÀ: difficile





PRO TOUCH

44 EURO
,95



elixir

scarpe con intersuola
ammortizzata CUSHION FIT

+



martin

maglia tecnica
in tessuto DRY PLUS

+



marcus

pantaloncino
in tessuto DRY PLUS

**start
to run
pack**

SKIPPERSPORT®

euforie®

NETWORK
INTERSPORT®

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

L'uomo più furbo del mondo

C'era una volta un uomo così intento ad apparire, che a volte si scordava anche di se stesso!

Era uno di quei tipi che credono di essere molto scaltri, e più intelligente degli altri, abituati a ingannare il prossimo e a farla sempre franca. Un giorno andò al mercato e comprò tre cassette piene zeppe di pesci per festeggiare il proprio compleanno con gli amici poi, come faceva tutti i sabato mattina, prese la strada più corta che conosceva per tornare a casa. Questa strada, costeggiava il fiume e passava nel quartiere povero della città; proprio mentre transitava nel centro del quartiere si accorse che una ragazza molto carina, con i capelli neri e gli occhi profondi, lo stava fissando.

"Salve!" disse l'uomo gonfiando il petto e richiamando a se la pancia, "desiderate qualcosa da un giovanotto bello come me?"

La ragazza non rispose, allora l'uomo si avvicinò un po' di più, ma quando fu a qualche metro, arrivarono correndo dieci ragazzini, l'uomo perse l'equilibrio e cadde a terra con tutti i pesci.

"Ohh povero me!" grido dolorante "E tutti i miei pesci. Mi sono costati un occhio della testa."

La ragazza lo aiutò a rialzarsi e a raccogliere il pesce. "Maledetti ragazzini, non guardano mai dove vanno, pensi l'altra mattina hanno fatto cadere la madre di un signore che è molto vecchia, nel cadere si è rotta una gamba e siccome lui lavora tutto il giorno e non ha né moglie né figli non riesce neppure ad andare a comprare il cibo al mercato!" commentò la ragazza.

Tutto di un tratto, il furfante con aria molto gentile e garbata disse:

"Ma dove abita questo signore? Perché se vuole, siccome mi sono dimenticato di comperare delle spezie e devo tornare al mercato, posso aiutarlo io a prendere quello di cui ha bisogno."

L'uomo dopo essersi fatto indicare la dimora dell'anziana con la gamba rotta raggiunse l'abitazione, bussò e quando il proprietario aprì la porta esordì con queste parole "Buon giorno sono il buon samaritano di questa zona e mi è stato detto che in questa

casa c'è bisogno di cibo quindi mi sono preso la briga di andare al mercato a comprare questo pesce per lei e per sua madre inferma." Il distinto signore rispose "Mi dispiace, ma per me sono troppi, siamo solo in due, inoltre non ho tutto il denaro necessario per questo pesce che oltretutto mi basterebbe per una settimana e lei lo sa meglio di me che, se non consumato subito, il pesce va in malora."

L'uomo diede un'altra occhiata al pesce, tutto rovinato e pensò alla figura che avrebbe fatto con gli amici, inoltre il suo ego da uomo convinto non gli avrebbe permesso di andarsene da lì senza aver concluso l'affare.

"Ok disse il furfante mi dia la metà meno dieci monete e non ci

pensiamo più"

L'uomo distinto accettò l'offerta e ognuno proseguì per la sua strada. L'uomo del pesce se ne andò tutto contento di aver recuperato almeno in parte il denaro perso in quella sfortunata giornata, con l'ego appagato dal fatto di aver di nuovo ingannato qualcuno, e ignaro del fatto che quell'uomo distinto a cui aveva venduto il pesce era il marito della donna che lo aveva distolto dal suo cammino e il padre dei 10 bambini che lo avevano fatto cadere. La famiglia povera ebbe di che riempirsi la pancia.

LA MORALE!!

A volte la gente è così presa ad ingannare il prossimo da non accorgersi che è il prossimo che la sta ingannando.



SOLUZIONI

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

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

K	A	R	A	G	A	N	O	V	A
K	B	O	C	E	L	L	I	C	
O	U	I		C	R	O		R	C
G	T	R	A	M	A	R	E		
A	R	A	I		G				
R	A	I							
R	U	N	A						
R	U	N	A						
O	T	T							
S	T	E	T						
W	A								
M	A								
R	A								
B	E								

4 Bit

**VENDITA E
ASSISTENZA PC**

Corso Italia, 317 - Piano di Sorrento
Tel. 081.534.2135



LE OFFERTE CONTINUANO CON TANTISSIMI PRODOTTI PRESSO IL NOSTRO PUNTO VENDITA

ASUS

X201CELERON - HD 320GB
2GB - LCD 11,6"
SO LINUX - 1,3KG

€349
ULTRALEGGERO



SAMSUNG

INTEL B820 - 10GB - HD 500
15,6" - HDMI - LINUX

€430
10GB RAM



HP 655

AMD E1-1200 - DDR 10GB
320GB - ATI 1310 - SO LINUX

€399
10 GB RAM



ASUS K501A

INTEL B830 - HD 320
4GB - SO LINUX

€349
ULTRALEGGERO



PC ALL-IN-ONE

SAMSUNG 21,5" INTEL G645T
8GB DDR - HD 500GB - DVD RW
WINDOWS 8

€699
HD 500 GB



HP 630

INTEL I3 2310 - RAM 10GB
HD 320 - 15,6" - SO LINUX

€479
10 GB RAM



OFFERTISSIMA
HARD DISK MINI



€79,99
1TB
€99,99
1,5TB
€54,90
500GB



ANTIVIRUS
DEFENX INTERNET SECURITY

€14,90
LA 2ª LICENZA A €7,99
(COMPRESO DI INSTALLAZIONE)

PAGAMENTO RATEALE *pagamento salvo approvazione finanziaria
COMPRA OGGI PAGA TRA 180 GIORNI*

FOTO DEI LETTORI



FANTASTICA LA TOUR EIFFEL TUTTA ILLUMINATA DI SERA! UN SALUTO AFFETTUOSO DA UN GRUPPO DI AMICI DI SORRENTO E CASTELLAMMARE DALLA ROMANTICA PARIGI. DA ANNA LONGOBARDI, MARIALDA APREA, FAUSTA MATINO, ANTONIO E MARIAROSARIA MATINO, FILIPPO AMOROSO.



ACQUA CRISTALLINA, SPIAGGE INCANTEVOLI, SABBIA DORATA E SOLE CALDO... IL NOSTRO LEGGIMIGRATTS VIAGGIA LONTANO E ARRIVA ALLE SPLENDEDE SEYCHELLES. CIAO DA DINO E PINA



Se vuoi pubblicare la tua foto è semplice, ecco come devi fare: fatti una fotografia in posa con il LeggimiGratis. Invia la tua foto via mail all'indirizzo: foto@leggimigratis.it. **Non dimenticare di indicare il tuo nome e cognome.**

L'invio delle foto implica l'autorizzazione alla pubblicazione delle foto stesse e dei dati personali, compresi nome e cognome del mittente. La scelta delle foto da pubblicare è a discrezione della redazione. La pubblicazione è gratuita.

dipil 
agenzia pubblicitaria

**DAI NUOVA VITA
ALLA TUA
AZIENDA!**



Il tuo sito a partire da 350€
Loghi professionali a partire da 150€
Manifesti 3x3 e 6x3
in Penisola Sorrentina
Volantini di piccolo e grande formato
a prezzi veramente convenienti!
Gadget aziendali Personalizzati
...e molto altro!

info:
380.3571772
320.3470098

MACELLERIA

De Simone Giovanni

MACELLERIA
De Simone



**carni macellate fresche
salami di produzione paesana**

Corso Italia, 66 - Sant'Agnello - Tel. 081 8782189

**S
A
T
I
S
F
H
A
I
R**



Luca e Tony
hair style

Via Pietà, 17 - Corso Italia, 145 - Sorrento

Tel. 081 878 3476 - 328 30 25 014

lucaetonysatisfhair@gmail.com

on-line il nuovo sito: www.satisfhair.it

**S
A
T
I
S
F
H
A
I
R**

tel. 081/19915355 SMS 380.3067686 email: annunci@leggimigratis.it

Animali

Vendo meravigliosa cucciola di York - Shire toy, sverminata e svezzata. Tel. 3288362302

Cagnolina taglia piccola cerca urgentemente adozione. Vaccinata e sterilizzata. Tel. 3331307426

Immobiliari

Sorrento centro vendo box auto non pertinenziale. Tel. 3395725580

Cerco appartamento in affitto a Meta ammobiliato con contratto annuale. Posso pagare al massimo un canone mensile di € 550,00 - 600,00. Tel. 3394230771

Fittasi a Castellammare di Stabia appartamento composto da una camera, cucina e bagno arredati e con posto auto. Tel. 3349784701

Privato Vende Multiproprietà in Sardegna, posto incantevole Residence con 4 posti letto parco con piscina e tutti confort, in Costa Smeralda Golfo di Marinella, una settimana in Settembre. Tel. 3205643553

Massa Lubrense, zona collinare fittasi casa autonoma composta da: 2 camere, doppi servizi, cucina enorme, giardino e diversi posti macchina. Per fitti estivi o annuali, non residenti. Tel. 3662036028

Massa Lubrense, Centro Storico, fittasi appartamento pano-

ramicissimo: quattro posti letto, doppi servizi, terrazzo, solo mesi estivi. Tel. 3402821367

Massa Lubrense. Vendesi terreno panoramico di 6040 mq con utili agricoli accatastati di circa 70 mq, uno vicino all'altro di cui uno antecedente al 1960. Ampi terrazzamenti ben tenuti con prevalenza di olive. Doppio ingresso carrabile. Il terreno risulta già ben delimitato da confini naturali e da cancelli. Prezzo interessante (non oltre i € 50,00 a mq). Tel. 3384938278

Fittasi periodo estivo in penisola sorrentina appartamento sul mare, panoramico, luminoso composto da: 2 vani, cucina e terrazzo. Tel. 3388568284

Molise, Campomarino lido (CB) vicino Termoli, fittasi appartamento a 10 minuti a piedi dal mare, 4 posti letto, ben arredato, con tv e lavatrice, climatizzato, posto auto recintato, comprensivo di 1 ombrellone e 2 sdraio per usufruire della spiaggia libera. Disponibile da marzo a settembre a partire da € 200,00 a settimana. Tel. 3407753345

Gragnano centro cedesi attività di rosticceria e pizzeria con struttura nuova e a norma dotata di tutte le attrezzature. Tel. 3470005958

Marina di Cassano, Piano di Sorrento. Ampio monolocale luminoso sul mare con terrazzo, completamente arredato con lavatrice, angolo cottura, bagno con vasca e doccia. Fittasi settimanalmente, lunghi

periodi e weekend, prezzo interessante. Offerte speciali per festività. Tel. 3663668084

Casarlano fittasi garage mq 140 uso deposito. Tel. 3384086582

Fittasi camera singola in appartamento vicinissimo a Metro S. Paolo ed Università Roma 3. Parco tranquillo ed elegante con portiere. La camera ha accesso su un grande terrazzo. Lavatrice e tutti confort. Tel. 3476365855

Meta di Sorrento privato fitta per periodo stagionale in zona Alimuri un appartamento di 2 vani ed accessori con balcone oppure una camera indipendente con servizio ed angolo cottura, direttamente sul mare. Tel. 3388568284

Privato Vende Multiproprietà in Sardegna, posto incantevole Residence con 4 posti letto parco con piscina e tutti confort, in Costa Smeralda Golfo di Marinella, una settimana in Settembre. Tel. 3205643553

AGEROLA privato fitta periodo stagionale in zona S. Lazzaro, Casale di famiglia immerso nel verde od appartamenti di 1 - 2 - 3 vani con servizi tutti confort ampio spazio esterno. Soluzioni ottimali per weekend tutto l'anno e periodo stagionale. Tel. 3205643553

A Vico Equense privato fitta a non residenti appartamento 2 vani ed accessori con eccezionale vista mare in zona centrale. Tutti confort. Tel. 3476365855

In palazzina di due piani, vendesi appartamento superiore di mq 75, sito in Torca (Sant'Agata dei due Golfi) posto macchina, cantina, contrattazione riservata. Tel. 360382290

Afragola (NA) fittasi prestigioso appartamento in palazzo storico di 140 mq secondo piano composto da 4 vani, 2 bagni, cucina abitabile, balconate, loggiato a livello con cancello indipendente, persiane blindate, termoautonomo, discrete condizioni, no ascensore, no posto auto, no agenzie, € 500,00 mensili. Tel. 3356845802

S. Maria di Castellabate zona lago vicino spiaggia fittasi grazioso appartamento ottimo prezzo tutti i confort per maggio, giugno luglio e settembre no perditempo o curiosi. Tel. 3337952003

Fittasi casa Massa Lubrense di circa 100mq arredata. Doppi servizi, doppie camere e diversi posti macchina. Tel. 0818081346

Massa Lubrense, zona collinare. Fittasi casa autonoma 2 camere, doppi servizi, cucina enorme, giardino e diversi posti macchina. Per fitti estivi o non residenti. Tel. 3662036028

Fittasi locale mq 40 circa in Sorrento alla via Parsano (zona S. Lucia) per uso studio/ufficio o eventualmente deposito. Prezzo interessante. Per eventuali ed ulteriori informazioni telefono chiama subito. Tel. 3334176260 - 3401945575

Isola La Maddalena dove il mare e verde celeste smeraldo turchese cristallino affittasi appartamento a 50 metri dal mare e da un pontile dove affittano posti barca e gommoni. Tel. 079280630

Castelsardo - Sardegna nord affittasi appartamento nel borgo medioevale fronte mare € 250,00 settimanali mese aprile, maggio, giugno e settembre, € 400,00 per luglio, € 500,00 agosto. Tel. 079280630

Vendesi casa con giardino panoramica o eventuale permuta, zona Massa Lubrense. Tel. 0818789028

Casa vacanze fittasi a Sant'Agata sui due Golfi a Sorrento appartamento indipendente in villa panoramica composto da 1 camera matrimoniale, una doppia con bagno, cucina e posto auto solo weekend e settimanali. Tel. 388243771

Casa Vacanze fittasi a Sant'Agata sui due golfi a Sorrento villa panoramica per brevi e lunghi periodi, 16 letti, 6 bagni, giardino con piscina, due saloni, sala biliardo, taverna e ping pong anche per matrimoni e feste in genere. Tel. 388243771

Meta di Sorrento fittasi appartamento per brevi periodi anche per week-end prezzo interessante vicinanza mare. Tel. 0818787297

Piano di Sorrento centro fittasi box auto prezzo interessante. Tel. 0818787297

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

Vendesi a Piano di Sorrento centro, locale a piano terra, composto da due vani e accessori per un totale di 65

mq più 25 mq di area parcheggio anteriore. ottimo per uso studio, negozio, o deposito. Tel. 3384934292

Corsi

Docente inizia, a breve, corso generale di massaggi per tutti coloro che vogliamo costruirsi un futuro lavorativo piacevole. Tel. 3336934881

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

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

Professoressa esperta in dizione impartirebbe lezioni private. Tel. 0818787312

Laureata in lettere con esperienza impartisce lezioni private per scuole primarie e medie e superiori. Tel. 3341638954

Lezioni di pittura si effettuano presso l'Atelier - Scuola di Pittura di Davide Laricchia. Un'opportunità per entrare nel mondo dell'arte attraverso un'esperienza ventennale immersa in uno splendido panorama che farà da cornice anche per dipingere dal vero. Tel. 3318460597

Giovane laureato in Lettere Moderne (specializzando in Filologia Moderna) impartisce lezioni private in materie Umanistiche (italiano, latino, storia, geografia, filosofia, filologia metrica e retorica, linguistica, basic english), nonché offre servizio di Philosophical counseling. Massima serietà. Tel. 3298896985

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

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

Impartisco lezioni e preparazioni per ragazzi scuole elementari e medie in tutte le materie e per le scuole superiori in Italiano, latino, storia, filosofia, pedagogia, geografia. Si preparano tesine e si effettuano preparazioni per maturità ed estive Laurea in lettere, preparazione, serietà, prezzi modici mensili. Tel. 3293333086

Effettuo preparazioni e doposcuola in Italiano, Latino, Greco (greco solo IV ginnasio), Storia, Filosofia, Geografia. Doposcuola per tutte le materie per le scuole medie inferiori. Preparazione esami universitari. Tesine e preparazioni estive. Laurea in Lettere. Esperienza, professionalità, prezzi modici (non ad ora ma a mensile). Zona Piano di Sorrento. Tel. 3315451600

In zona panoramissima si effettuano lezioni di pittura al singolo o in gruppo. Tel. 3318460597

Studente universitario si offre per lezioni private di matematica e fisica a, ragazzi e ragazze della penisola sorrentina, di scuole medie e superiori. Tel. 3334181416

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 ancora poche prenotazioni per quest'anno scolastico. Ambiente professionale ma familiare. Si accettano prenotazioni

per preparazioni estive. Zona Piano di Sorrento. Tel. 3384938278

Laureata in Lingue, con lunga esperienza nel settore, effettua traduzioni da spagnolo/inglese a italiano in tempi brevi e in qualsiasi argomento. Ogni pagina da tradurre € 4,00. Tel. 3337105144

Elettronica

Vendo cellulare dual sim Alcatel 918D con memory card da 4 GB inclusa, condizioni ottime! Nessun segno di usura, prezzo € 50,00. Tel. 3803880632

Vendo iPod Touch 4g 8GB come nuovo, usato pochissimo tenuto maniacalmente senza neanche un graffio! Vendo per la modesta cifra di € 90,00 trattabili. Tel. 3337545109

Nokia 5800 display rotto più x6 con sist. oper. non funzionante entrambi con navigatore satellitare gratis per sempre con supporto per auto e accessori vari vendo € 40,00 zona penisola sorrentina. Tel. 3319780745

Tv tubo catodico 29 pollici mivar e 34 pollici itt pari al nuovo € 50,00 l'uno decoder telesystem ts7000 ingresso x smart card per premium come nuovo € 30,00 decoder telesystem ts6280 con funzione registrazione su usb € 25,00 antenna fraccaro combo hd mai installata vendo € 30,00. Tel. 3319780745

Vendo Nintendo ds xl completa € 80,00. Tel. 3312311926

NINTENDO WII U Premium pack con gioco Zombi U ancora in garanzia (fino a Dicembre 2015). Vendo causa totale inutilizzo, condizioni perfette. PREZZO: € 299,00. Possiedo anche (in condizioni perfette, come nuovi). New Super Mario Bros U € 29,00. Fifa 13 € 29,00. Sports Connection con accessori (Telecomando + Nunchuk + Barra Xtreme) € 39,00. Tel. 3343320952

SCEGLI



OROCASH[®]

INTERNATIONAL



compro
ORO
e argento

TANTO PER NON SBAGLIARE

SORRENTO: Viale Nizza, 29

META: Corso Italia, 132

lavoro

Pizzaiolo con pluriennale esperienza nel settore, cerca lavoro full time in ristorante/pizzeria in penisola sorrentina. Disponibilità da settembre 2013. Causa trasferimento. Tel. 3334859936

La Excalibur Servizi & Marketing per delega cerca figure professionali sportive. Allenatori base, preparatori portieri, nutrizionisti sport. Inviare cv. Tel. 3477023740. - 3408691720

Cerco lavoro in cucina o albergo ai piani. Tel. 3312627243

Cercasi macellai e banconiste con esperienza da inserire nei nostri punti vendita. Per ulteriori informazioni telefona subito dal lunedì al venerdì dalle ore 17,00 alle ore 19,30 non perditempo. Tel. 3333129808

Ho 33 anni cerco qualsiasi tipo di lavoro da cameriere a guardiano notturno a badante a lavapiatti disponibilità da subito, anche come manovale in carpenteria e lavori edili. Tel. 3663602754 - 0818794463

Effettuo barbe a domicilio anche in ospedale sia di Sorrento e Vico Equense anche zona Massa Lubrense sono disponibile anche di domenica pomeriggio. Tel. 3317658016

Sono un ragazzo di 26 Albanese sto cercando ogni tipo di lavoro. Tel. 3277727833

Ho 25anni cerco lavoro come AIUTO PIZZAIOLO (con attestato di qualifica) forno a legna, si assicura massima disponibilità e serietà. Tel. 3662865694

Ho 21 anni cerco lavoro come baby-sitter, oppure come pulizie domestiche. Sono una ragazza volenterosa, e molto seria sul lavoro e anche molto puntuale. No squilli anonimi grazie! Tel. 3398233191

Hai bisogno di qualcuno che faccia la spesa o altre faccende

x te? Chiamami. Tel. 3285432890.

Sono una donna a cui piace far mangiar sano la propria famiglia. Se lo vuoi anche tu e non hai tempo perché lavori prenoto un dolce qualsiasi per una colazione sana o se ne hai bisogno c'è la possibilità di torte per le feste. Tel. 3285432890

Cerco urgentemente lavoro, ho 24 anni e sono molto capace al computer, anche se non rifiuto altri tipi di lavoro. No perditempo, rappresentanza, lavori a provvigioni o percentuale. Cerco lavoro serio. Tel. 3494096488

Studentessa universitaria amante degli animali cerca lavoro come dog sitter zona Sorrento. Tel. 3405647455

Ragazza 20enne seria e affidabile cerca lavoro come addetta alle vendite o barista in penisola sorrentina. Tel. 3391041004

Ragazza di 22 anni molto seria e affidabile sul lavoro e altrove, cerco lavoro come baby-sitter, aiuto domestico e come commessa in qualsiasi campo. Tel. 3299857668

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

Signora quarantenne cerca lavoro come cameriere massima esperienza e disponibilità. Tel. 3420599825

Assistente alla persona anziani e disabili diurna e notturna con esperienza decennale qualificato Operatore Socio Sanitario precedente esperienze lavorative in reparti di geriatria e disabili: prendendo cura della persona a domicilio igiene della persona riordino della camera personale e accompagnamento esterno assicurato

massima serietà e professionalità. Tel. 3808990390

Ragioniere 50 enne, esperienza pluriennale in contabilità generale, gestione magazzino, pratico computers, cerca lavoro a Scafati (SA) o zone limitrofe. Tel. 3393586823

24 enne tutto fare cerco lavoro generico accetto e valuto qualsiasi proposta di lavoro. Precedenti esperienze lavorative nell'ambito alberghiero e ristorazione tutto fare, lavori di manutenzione muratori, assistenza anziani e disabili, pulizie domestiche, portineria, giardiniere. Tel. 3317624814

Diplomata estetista effettua colata in gel e allungamento/ricostruzione unghie con cartine. Prezzi modici e risultato professionale. Tel. 3382774245

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 crociera) 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

Signora italiana cerca lavoro in albergo come aiuto in cucina o lavoro ai piani. Tel. 3312627243

Enel Green Power cerca in Campania consulenti energetici da inserire nella propria rete commerciale. Tel. 3358204788

Signora italiana referenziata cerca lavoro come baby sitter, compagnia anziani o governo casa. Tel. 3312627243

Cerco lavoro: serale dal pomeriggio alla chiusura in trattoria, pizzeria, ristorante, come tutto fare anche come pulizie condominio sono: un bravo uomo italiano libero di 48 anni con esperienza del settore. Massima serietà no perditempo. Tel. 3472919755

Falegname esperto offresi per riparazioni a domicilio prezzi modici. Tel. 0818789028

Signora quarantenne penisola sorrentina cerca occupazione in ristoranti, alberghi o presso privati, massima serietà. Tel. 3494520934

Cerco lavoro come cameriera, commessa, collaboratrice domestica massima serietà. Tel. 3315218518

Cercasi praticante per studio commercialista in Piano di Sorrento. Tel. 0818774742

Uomo serio e fidato cerca lavoro come manutentore presso qualsiasi struttura, anche alberghiera. Massima serietà e professionalità anche per lavori di manutenzione per la casa. Tel. 3318015015

l'ottima italia, società di consulenza leader in Italia, seleziona OPERATORI TELE-MARKETING da inserire nel proprio organico per la sede di Sorrento. I candidati dovranno avere le seguenti caratteristiche: Orientamento alla vendita, capacità di ascolto attivo e problem solving. Completano il Profilo: Intraprendenza, spirito di iniziativa, e spiccato orientamento ai risultati. Disponibilità: part Time Trattamento Economico: Fisso mensile + provvigioni Tel. 338/2541904

**5+1 motivi
per
scegliere**

**Perche'
sei un'amico
non sei
un cliente !**



superò[®]
supermercati



SUPERO' SUPERMERCATI - SANT'AGNELLO (NA)

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

Motori

BMW berlina - serie 3(E46), benzina, colore grigio metallizzato, 4 porte, anno 1999, Km 165.000, sempre in box, ottime condizioni, vendesi € 1.800,00. No perditempo. Tel. 3923258243

Vendo Aerof 50 Mod. Valentino Rossi; anno di immatricolazione 2006; km percorsi 11.000; motorino si presenta in buone condizioni; richiedi € 1.000,00 eventualmente trattabili. Tel. 3662742163

Vendo Smart nera diesel in ottime condizioni, km 70.000, € 4.500,00. Tel. 3336353447

Bmw berlina - serie 3(E46), benzina, colore grigio metallizzato, 4 porte, anno 1999, Km 165.000, sempre in box, ottime condizioni, vendesi euro 1.800,00. No perditempo. Tel. 3923258243

Vendo lancia sorrentina in vetroresina 7 metri interni in legno, ampio prendisole con lettini, verricello elettrico, visibile a Nerano. Tel. 388243771

Vendesi Volkswagen Golf GTD 1.6 70 cv, anno 1988, grigio metallizzata, esteticamente perfetta. Tel. 3488836117

Vendo per inutilizzo, Piaggio Beverli 200, revisionato e tagliando, km 19.000 anno 2002. Regalo casco e bauletto. Affare per € 650,00. Tel. 347 0592449

Causa inutilizzo vendo 50 special anno 1975 restaurata qualche anno fa ad € 2.000,00. Tel. 3929529333

Vendo Alfa Romeo 156 motore 1900, diesel, prezzo affare € 1.000,00 escluso passaggio. Tel. 3663892722

Varie

Compro bicicletta da passeggio con marce. Tel. 3397418019

Vendesi pali di castagno altez-

za 5 / 6 m. Diametro 8/ 15 cm. Ideali per recinzioni ecc. Tel. 339.3893162

Sarta effettua aggiusti sartoriali, pieghe, rammendi, toppe, cambio zip, ecc. In Sorrento e limitrofi. Tel. 3338591725

Cerco schede telefoniche. Prezzo acquisto € 1,00 a scheda. Tel. 3319789025

Per le tue occasioni speciali, per avere oggetti unici realizza- ti a mano contattami. Tel. 3395846424

Vendo stock di giocattoli, causa chiusura attività da 1 mese. Cucinette per bambine, monopoly, sinco ecc.. Merce di valore € 300,00 vendo a soli € 100,00! Tel. 3389598945

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

COMPRO Fumetti/Giornaletti dei Supereroi (Thor, Capitano America, Uomo Ragno, Fantastici 4, Superman, ecc.) . - Cell 3404026438

Vendo macchina per maglieria Passap Duomatic 80 completa di tutti gli accessori € 300,00. Tel. 3403020561

Cerco bicicletta da passeggio per donna. Massimo € 50,00. Buone condizioni, zona penisola sorrentina. Tel. 3923258243

Per cessione attività, vendo in blocco 500 pz tra portagioie, orecchini e gioielleria in acciaio e oro 18 kt con certificati di garanzia, cofanetti, tazze, cornici, portamatite, appendini, mestoli, specchi, ecc. in legno, completamente dipinti e creati a mano. Prezzo da concordare, ma molto molto interessante. Per maggiori info, contattatemi subito. Tel. 3342753751

Vendo edizione anno 1999 de "Il calcio a Sorrento" causa inutilizzo, prezzo modico. Tel. 3318679531

Vendo parete attrezzata mo-

derna componibile color bianco e bordeaux laccato lucido con pensili e mensola inclusi. Tel. 3391750199.

Vico Equense centrale vendesi box auto mq 25 - € 75.000,00. Tel. 3336353447

Vendo causa carenza di spazio tre enciclopedie: medica curcio, armonia e guida pratica del bambino. Tutte rilegate in ottimo stato anzi nuovissime, mai usate. Sono 6 volumi ognuna. Prezzo da concordare. Tel. 3338024314

Vendo Vaporetto Polti mai usato € 200,00. Tel. 3471221540

Vendo culletta in ottime condizioni zona Vico Equense. Tel. 0818027001

Vendo sedia a dondolo in vimini per bambino/a € 12,00. Tel. 3807186703 - 3398985985

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

Restauro e recupero (nel senso rinnovo rispettando l'autenticità) mobili, oggetti lignei, infissi ed antiche porte lignee. Dorature. Trattamento antitarlo non invasivo ma estremamente efficace. Prezzi competitivi. Prezzo speciale per Hotels, ristoranti e strutture ricettive. Tel. 3315451600

Vendo armadio cinque ante colore chiaro con specchio centrale come nuovo vendo causa lavori. Massima serietà prezzo modico. Tel. 3386336454

Offro (offerta libera) capi d'abbigliamento ed accessori per bambina, ragazza e donna fino alla taglia 46. Tel. 3807186703 - 3398985985

Vendo libri per bambini e ragazze (esempio: pinocchio, cosa sogni Valenti, etc.) da € 2,00 a € 5,00 cadauno. Tel. 3807186703 - 3398985985

Vendo casco omologato per

bambini bianco € 25,00 trattabile. Tel. 3807186703 - 3398985985

Vendo flauto Yamaha yrs - 23 a soli € 5,00 Tel. 3807186703 - 3398985985

Vendo videocassette per bambini: collezione Pippi calzelunghe e i Puffi, varie € 2,00 sconti per chi ne compra + di una. Tel. 3807186703 - 3398985985

Vedo chitarra classica Miguel de Marias C225 - C3. Colore blu e prezzo interessante €40,00. Tel. 3398985985

Offerta libera per chitarra classica Clarissa completa di custodia color legno chiaro sfumato. Tel. 3807186703

Vendo abito da sposa taglia 42 - 44 causa trasloco € 500,00 trattabili se mi telefonate vi invio foto. Tel. 3807186703

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

Vendo cucina lineare di colore blu completa di pensili, piano cottura 4 fuochi, doppio lavello con gocciolatoio, stipetto piano lavoro, bancone in acciaio con sgabelli. Ottime condizioni. Prezzo € 1.500,00. Tel. 3207526993

Vendo servizio di piatti Disney mai usato prezzo da concordare. Tel. 3285432890

Vendo accessori aspirapolvere Folletto usati una volta per prova. Pulilux PL 515 ed EB 360. Tel. 3285432890

Vendo aspirapolvere Folletto VK140 usata magari c'è solo da cambiare il pezzo scopa prezzo da concordare. Tel. 3285432890

Vendesi piano cottura ariston 4 fornelli elettrici con forno elettrico euro 180. Tel. 3890362589

COMPUTER - ACCESSORI - MATERIALE ELETTRICO

EDOSYSTEM

Vendita e Assistenza Pc



HP 655

AMD E1-1200 - DDR 4 GB
HD 320 - 15.6 - HDMI

€ 339,00



€ 389,00

SAMSUNG NP300
INTEL B820 - 4 GB RAM -
HD 500 GB - 15.6 - HDMI



€ 32,90

MODEM/ROUTER 150 Mbps



€ 44,90

MODEM/ROUTER 300 Mbps



HARD DISK ESTERNI

da 500 Gb € 65,00
da 1 Tb € 85,00



PEN DRIVE

4 GB € 7,90
8 GB € 10,90
16 GB € 14,90
32 GB € 22,90



**CARTUCCE COMPATIBILI
SERIE COMPLETA**

EPSON 711 € 9,90
EPSON 1281 € 12,90
BROTHER (TUTTE) € 9,90

Corso S. Agata 67A, (S. Agata sui Due Golfi) - 0815330060
INFO@EDOSYSTEM.COM - WWW.EDOSYSTEM.COM
TANTE ALTRE OFFERTE AL NOSTRO PUNTO VENDITA



sms pervenuti in redazione entro il 2 aprile 2013

**invia i tuoi sms
al numero
380.3067686**

Non si vede bene ke kol kuore.L ES-
SENZIALE è invisibile agli okki...by
MeryLoo<3

Un anno sta per finire .. Nessuno mi
vuole dire niente! Cattiva 2 A :(

Tony Maiello i love
yoooooooooooooooooooo<3 <3

Tony Maiello é MIO <3 -Terr

2 A <3 <3 <3

Nn so piu nnt avvolte credo ke nn merito
quello ke ho by vampira3

x valeria di casarlanò sei bellissima
e resterei bellissima ma nn pensare alla
gente ke ti critikanò su ask sono sola-
mente gelosi di te :-D io ero contento di
stare cn te all epoca

E nata Alessia

**AUGURONI alla piccina e ai suoi geni-
tori da tutta la redazione**

A quella "simpaticona" che lavora allo
sportello della posta di Sant'Agnello,
ma non ti rendi conto che nessuno ti
può vedere con quei modi che hai. Tutti
ti sparlano alle spalle!

Almeno siamo daccordo su una cs ke
quando io vengo a ripetere a casa tu nn
t fai trovare oppure stai kiuso in camera
tua by vampira3

Ke noiaaaaaa :3

Io
Mi
Kiamo
Ralf!
Sdeghegedeghedeghedè

1... 2... 3... ZzzZZzzZZz

Zayn Malik <3 *~

I micilliii!! Ahahha xD

Yo te vi llorar cuando nadie te miraba
escondiendo esa lágrima que se te
escapava

Yo te vi tan trista y tan solito que hu-
biera mi vida por curarte las heridas <3

* Shine on, just shine on... Close your
eyes and they'll all be gone. They can
scream and shout that they've been
sold out, but it paid for the cloud that
we're dancing on. So shine on, just shi-
ne on! With you smile just as bright as
the sun. Cause they're all just slaves to
the gods they made, but You and I just
shone, just shone.*

Tv di m...a ke nn si vede -:-

Te amo mas de lo que puedo explicar.

Te amo mas te amo mas no es un efec-
to fugaz <3

48 minuti alla mezzanotte!

Lalalalalalaaaaa!

D'oh!

CCT whit love! <3

- Ciao

- Ciao

- Quanti anni hai?

- Io 20... Tu?

- Io 60... Spero ke x te non sia un pro-
blema...

No, no certo ke no -:-

Ehi redazione! Ma il giornale lo pubbli-
cate ogni fine mese??

**Ci trovate in distribuzione presso tutti i
nostri partner dopo il 10 di ogni mese.**

Asdfgh! :p

1 nuovo messaggio

Buongiorno Ig!!

Ke palle aspettare :3

Ore 11:11

Ciao leggimigratis ma e' possibile che
nel 2013 si debba perdere la vita per
bombole che scoppiano nei furgoni am-
bulanti? Fanno 3.000 controlli a chiun-
que voglia aprire un'attivita' ma non
controllano le bombe ambulanze. Scap-
pate per carita' dalle cucine ambulanze
che diventano mine vaganti. Vietatele
nella maniera piu' assoluta. Baci

Le persone sn smp li ha deluderti by
vampir3

Ed ecco un'altra persona ke mi delude
ma xke tutto a me nn capisco by vam-
pira3

Come devo fare mi piace la ragazza che
lavora nel panificio di fronte al negozio
dove lavoro non cio il coraggio di chie-
derci di uscire non trovo il modo di ap-
prociare come devo fare? Un sauto alla
redazione antony 93

**Questo è già un bel modo di farsi no-
tare, non credi? Buona continuazione.**

Forse l'amore ke ho provato x te nn lo
provero forse x nessuno by vampira3

Cari scrittori di Leggimi Gratis, imparate
a scrivere usando bene la grammatica,
ché leggere i vostri sms sgrammaticati
è uno strazio.



**Cercami su Facebook
"Tony Nastro"
per vedere tutti i lavori**

**Correzioni
o
Coperture
Vecchi Tattoo**

• • •
Autorizzato ASL

• • •
**Tatuaggi
dal 1993**



**Corso Italia, 5/10 - Meta (NA)
tel. 081 048 66 65 cell. 339 31 32 575
email: tonynastro@libero.it
msn: tonytattoo@hotmail.com**

X la bella Egg di via Tasso. Buon tutto
amore .t.v.b. Sempre di più.pops

Silvia.S... Con le treccine sei la piu figa
della scuola

Jelisa best couple ever!

Rimons ti amo <3

Elisa D F con le i riflessi biondi sei an-
cora più bella !

Love u

Non teniamo niente da fareeee scuuu-
saaate il diiiiistuuuurboooo! Siamo 4
deficienti!

B/A...Vorrei poter gridare al mondo
quanto ti amo e ke donna fantastica
sei.e sarebbe bello dire...(lei mi ama
)kiss

Ke noia studiereeeee!!! :3

Sulla base delle sue scoperte, nel 1869,
Mendeleev mise a punto la tavola peri-
dica.... Ma perchè invece di fare esperi-
menti nn si è fatto na vita sociale?!

Cosa mi sta succedendo nn lo so sto
perdendo la credibilita in tutto cio ke
faccio ma soprattutto nelle persone ke
invece di farmi vedere ke gli interessa e
ke mi vogliono bn mi usano by vampira3

Baby say yeah! 1D <3

Cioccolata calda! <3

:Q____

Per la mia dolce principessa Rosaria P.
Un grande ti amo dal tuo piccolo trul-
lo.....

V + L <3 <3

Daniele & Agnese :3

Buongiorno, e buona domenica delle
palme!! :-)!

:3

Kiss kiss Gossip Girl! <3

Per quella ragazza di sant'agnello che
gira sempre nella lancia y grigia ... Mi
hanno detto che ti chiami P ... Vai in giro
con aria di superiorità ma sei bruttis-
sima!!! In più mi hanno detto che esci
solo con ragazzi di 10 anni più piccoli
di te! Ma non ti vergogni??? Dio per me
sarebbe una umiliazione non avere nes-
sun amico della mia età! Ma lo capisco
perché non li hai dato che da quanto
mi dicono sei un'ipocrita e una persona
falsa

A peppe I. Sei fico! Ti desidero!

X la ragazza bionda ke lavora nel risto-
rante " la selva " in via camaldoli sei bel-
lissima.. Vorrei conoscerti.... ps hai un
c.o da far paura... Sei troppo bona....
sono un paio di domeniche ke vengo a
mangiare ma solo x vederti e perdermi
nel tuo sorriso... by anonimo..!!! <3
.... Ps anke se nn mi conosci ti dico ke
sono follemente perso di te... redazione
vi prego pubblicate questo messaggio
graziee mille..!!!!

Il mio unicorno verde è davvero cari-
nooo!!! *-

X mina ke frequenta la scuola d arte....
Sei sempre piu bella vorrei tornare in-
sieme te, per passata altro tempo con
te; ma penso che non potra essere av-
verato :(mi piacerebbe tantooo.

Buongiorno a tutti! Primo giorno di va-
cancee!!

Liv, sei la più bella. Con affetto teresa ♥

Liv sei ficaaaaaaa :33

Richy sei trp fcoooooooooo hihihih

Sono sexy a casa di teresa, la sera delle
prOcessione

Quest'anno ho trovato nell'uovo la ste-
sa sorpresa dell'anno scorso la tua ami-
cizia con un anno in piu! Buona pasqua

Ehi tantissimi auguri di buona pasqua a
te e alla tua famiglia! Che sia per te un
giorno davvero speciale! AUGURI :D :*

Tanti auguri di buona Pasqua!! :)

Happy Easter!)=))

Lool, viva la Pasqua Sul letto hahah
lool. Ce ma sono figa ,

d + t = ♥

d + t + l + s + a = ♥

Dany + teresa+liv+sara+ albero=figi per
sempre , siamo dei paxxerelli

Pumirtrozzola mi si addice oh

Hahahah

Okay basta

Nn poxo fr a - di exere paxa, ce nn ce
la facc prp, meglio paxxi che depressi

Uuuuuuu mado

Ke brutto tempo :S

Nn so kosa fare :3

Pasquettaa!!! :D

Uova di cioccolata e dolce dormire oggi
é pasquetta ma inizia anke aprile

Che questa PASQUA,primavera di vita,
sia foriera di infinita speranza e letizia x
le menti ed i cuori. Palma

Ringraziamo e salutiamo tutti coloro
che ci menzionano nei loro messaggi.
KISS KISS

**Hai bisogno di questo spazio
per la tua PUBBLICITÀ?
COSA ASPETTI A CONTATTARCI?**

380.32.41.537

a soli
€25

Onoranze Funebri **Marciano**

dal 1960

SERVIZIO AMBULANZA

www.onoranzefunebrimarciano.it

Via degli Aranci, 29/e - 80067 Sorrento (Na)

Tel/Fax **081.8074664** - Tel. **081.8781790** _ 24 ore

info@onoranzefunebrimarciano.it

ufficio di Massa Lubrense: Via Filangieri, 32



www.acps.it

**Associazione Cremazione
Penisola Sorrentina**

**liberi di scegliere...
sottoscrivi la tua
scelta!**

Via degli Aranci, 29/e - 80067 Sorrento (Na) - Tel/Fax **0818074664**

Ufficio di Massa Lubrense: Via Filangieri, 32

Ristorante Pizzeria

Emilia



**PIZZA A PRANZO
FORNO A LEGNA**

Al Ristorante EMILIA trovi
il famoso **Chef Antonio De Turris**,
pluri campione, finalista europeo
e nazionale in categorie diverse
(Primi Piatti, Pizza Fantasia,
Pizza Piccante 1^a 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"



**Solo da Noi !!!
RISOTTO AL
BERGAMOTTO**

**PIZZA E
MENU COMPLETO
PER PERSONE CELIACHE**

Parcheggio • Giardino Interno • Parco Giochi per Bambini

Via Reola n°9 - S. Agata sui due Golfi - Massa Lubrense

tel. 081.8080643 cel. 338.4023953

www.ristorantepizzeriaemilia.it | www.celiachia.it

e-mail: ristorantebaremilia@virgilio.it

Emma Marrone:

“Mia madre mi ha insegnato ad affrontare la vita a schiena dritta”

A due anni dal successo di *Sarò libera* Emma si rimette in gioco con un album che ha il compito di affermarne il perfezionamento.

“L’ho fatto in soli due mesi e con tutta la concentrazione possibile. Ho avuto la fortuna di ricevere bellissimi pezzi da autori affermati ma anche da sconosciuti

con un grande talento, come la giovanissima Alessandra Merola che ha scritto la canzone che ho scelto per il titolo e chiude la scaletta”.

Beneficenza

Sin dall’inizio della sua carriera Emma ha partecipato a diverse iniziative di solidarietà, impegno sociale e beneficenza. Come rivelato nel marzo 2011 in un’intervista al settimanale Gioia, nel 2009 Emma scoprì di avere un tumore dell’utero maligno. Operata d’urgenza a Roma, dopo un intervento di 7 ore le venne asportato il tumore e salvato l’utero. In seguito ha promosso una campagna di sensibilizzazione alla prevenzione dei tumori tra i giovani.

Nel 2010 assieme agli altri dodici cantanti di Amici 9 ha pubblicato il singolo a scopo benefico Cellule (Per rinascere basta un attimo), il cui ricavato è stato devoluto all’Istituto Nazionale Tumori Regina Elena e all’Istituto Dermatologico S. Gallicano di Roma per migliorare le attività di accoglienza per gli ospiti degli Istituti. Da maggio 2011 diventa testimonial dell’AIRC (Associazione Italiana per la Ricerca sul Cancro), per aiutare la ricerca



Emma Marrone spiega la copertina dell'album *Schiena*, che è uscito martedì 9 aprile. "Ho deciso di spogliarmi perché non mi voglio più nascondere, mi mostro nuda come un verme. Questo disco è il più importante: segna un passaggio cruciale della mia vita, nel quale ho dovuto ricominciare da capo". E aggiunge: "Ho imparato a trovare un bilanciamento tra i miei tanti modi di essere e cantare: arrendevole e tenera, oppure tagliente e dura. Anche nel disco si passa da motivi di

grande dolcezza e morbidi a pezzi graffiati e potenti."

Nella foto dell'album, sul fianco nudo si vede il tatuaggio di una rondine: "È un simbolo di libertà e l'ho fatto in un momento difficile della mia vita. Spero mi porti sempre buone notizie, oppure se saranno brutte, di poterle ricevere con la schiena dritta come mi ha insegnato mia mamma". E, non a caso, l'album si chiama proprio così: *Schiena*. "È il titolo della canzone che mi ha dato la spinta a cominciare questo progetto. La schiena è la

parte del corpo dove scarico tutte le emozioni; inoltre è il mio punto di forza e mostrarla indica la mia disponibilità ad offrire conforto agli altri quando serve."

Emma continua: "I cantanti scrivono

di più nei momenti difficili: quando provi dolore devi fare i conti con te stesso, se sei felice invece non ne hai nessuna voglia. Io ho trovato il modo per tirarlo fuori in una canzone e raccontarlo". Lei, che a 23 anni, tre mesi dopo l'operazione per un tumore all'utero, si è presentata al casting di *Amici* racconta: "Avevo ancora il busto post operatorio che mi premeva sul diaframma e facevo fatica a cantare. Poi ho vinto". Ora è tornata nella trasmissione che l'ha lanciata, in veste di direttore artistico, una bella soddisfazione: "Cerco di tenere questi ragazzi alle prime armi con i piedi per terra: è un momento in cui si devono divertire, ma devono anche sapere che fuori il mondo è una giungla". Nello stesso programma si esibisce anche il ballerino Stefano De Martino, il suo ex fidanzato: "Non mi pesa, non vorrei spendere neanche una parola su questo. Sono già oltre".



EMMA
S C H I E N A

Emma è fidanzata? "Non so perché tutti mi vogliono vedere fidanzata, ma oggi non c'è nessuno. Ho trovato la mia dimensione e sto bene così: con i miei amici, la musica e il cane Gaetano".

RISTORANTE - PIZZERIA



LA FENICE

PESCE FRESCO TUTTI I GIORNI - ANCHE PIZZA E MENÙ CELIACO



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

*per la tua
pubblicità
sul*

LEGGIMI
Gratis

CHIAMA

380.35.71.772

ENITEATRO
presenta

CARLO BUCCIROSSO *in...* FINCHÈ MORTE NON VI **SEPARI**

IN O.E.

GIORDANO BASSETTI
DAVIDE MAROTTA
TILDE DE SPIRITO
CLAUDIA FEDERICA PETRELLA
GIANNI PARISI
GRAZIELLA MARINA
SERGIO D'AURIA
GINO MONTELEONE



Venerdì 3 maggio ore 21.00

Teatro Armida
Sorrento (NA)

per info e prenotazioni:
3385630341
prevendita online
www.etes.it

ELETTRONICA

DI APREA GIUSEPPE



VENDITA ED ASSISTENZA

PERSONAL COMPUTER ED ACCESSORI



PRODOTTI PER UFFICIO



CANCELLERIA
articoli per la scuola



REALIZZAZIONE SITI WEB

ELETTRONICA STORE DI APREA GIUSEPPE
CORSO SANTAGATA 2/E SANTAGATA SUI DUE GOLF
TELEFONO: 081/8080264 CELLULARE: 3391753841

Ristorante Tramonto Rosso

*completamente rinnovato
con terrazza panoramica
e giardino esterno*

*cucina tipica con prodotti nostrani
specialità alla brace*



MEDIASET

PREMIUM



CHAMPIONS
LEAGUE



Via Caprile, 1 Massa Lubrense Tel. 081.808.10.45

WWW.RISTORANTETRAMONTOROSSO.COM

PROSSIMA APERTURA
NEXT OPENING

Finalmente In Piazza Tasso

PIZZERIA – ROSTICCERIA



"Capricci Gastronomici"

Pizzeria

Rosticceria

Primi Piatti

Secondi Piatti

Uno spazio completamente dedicato agli amanti della buona cucina...

Sorrento (NA) _ Via S. Maria della Pietà n° 2 _ Tel. 333.48.38.859_333.19.41.664