

LEGGIMI *Gratis*

L'informazione gratuita

panino d'autore

PIACERE QUOTIDIANO | GUSTO STRAORDINARIO

**CH
E
R
I**

Bar
Pasticceria



abbinamento diversi tipi di pane per ogni panino

SERATE A TEMA

Apertura da Febbraio

Via Francesco Saverio Ciampa 8/14 - Sant'Agnello - Tel. 081.8786063

QUESTO MESE...

Affari di Cuore	16	Come orientarti nel Cyberflirt
Psicologia	20	Trasforma un errore in un'opportunità
Risparmiare	22	Come usare correttamente la lavatrice
Benessere	24	Ridurre l'emicrania senza farmaci
Lifestyle	28	Pulire lo smartphone previene l'influenza
Bellezza	30	Trucchi e rimedi per labbra screpolate
Arte	34	Leonardo, Raffaello, Caravaggio: una "mostra impossibile"?
Over 60	36	Come aiutare la nostra mente a non invecchiare?
Mondo Bimbi	38	Come nascono i bambini?
Moda	42	Finalmente i saldi: cosa comprare?
Fashion	43	Indossa una sciarpa per essere sempre chic
Viaggi	44	La magica aurora boreale in Svezia
Auto & Co	47	- Auto: tutte le novità del 2014 - Patente auto: le regole del rinnovo sono cambiate - GLOSSARIO - IN PRATICA...

IN OGNI NUMERO...

- 04** Sai Perché?
- 08** News dal Mondo
- 12** Chiedi all'esperto
- 18** Ricetta del Mese
- 50** Kids Corner
- 54** Cinema
- 58** Annunci Immobiliari
- 60** Svago
- 65** Annunci gratuiti

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 | **Progetto Grafico** GaDesign email: gadesignsorrento@gmail.com

La 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 pubblicarne solo una parte e/o di farlo in un numero della rivista a sua scelta o di non pubblicarlo affatto. L'editore si riserva comunque il diritto di impaginare il materiale nella maniera più consona alla struttura della rivista in modo da garantirne una corretta visualizzazione e presentazione. L'editore non è responsabile della provenienza, della qualità e del contenuto delle inserzioni pubblicitarie, degli annunci e degli sms di cui non si assume obbligo di segretezza del mittente e che a suo insindacabile giudizio potrebbe essere pubblicato o comunicato a terzi, e neppure per le conseguenze dirette ed indirette che 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.

per la tua pubblicità sul
LEGGIMIGratis
380.35.71.772

-30%-50%-70%

SCONTI

SU TUTTI GLI OCCHIALI DA SOLE.



-50%

SU TUTTE LE MONTATURE FIRMATE

ACQUISTANDO UN OCCHIALE COMPLETO DI lenti salmoiraghi



salmoiraghi & viganò

Corso Italia 246/D - Sorrento - tel. 081.807.17.94

CONCESSIONARIO:



ESPOSIZIONE DI VIAREGGIO

VOGUE

D&G

PRADA

GIORGIO ARMANI



CASIMIR



VALENTINO

GUCCI

HERMES



Qual è la differenza tra vintage e rétro?

Queste due parole possono sembrare sinonimi, ma in realtà hanno un significato diverso e ben definito. **Vintage** deriva dal francese antico **vendenge** (cioè vendemmia), che indica i vini d'annata di pregio. Con l'attributo vintage si indicano **oggetti vecchi almeno di 20 anni e diventati nel tempo di culto** perché prodotti con materiali di alta qualità (come appunto i vini pregiati) o perché hanno segnato a tal punto il costume

e la cultura da essere ancora considerati, dopo decenni, preziosi e inimitabili. Possono essere vintage abiti, accessori, bijoux, mobili, dischi, chitarre, computer, videogiochi; ma anche biciclette, automobili (Fiat 500, Renault 4), motociclette (Vespa, Lambretta) generalmente prodotti tra il 1920 e il 1980.



Con il termine **rétro**, invece, si rende l'omaggio a una certa epoca con elementi di recente fattura: una sedia, un abito, un accessorio prodotto oggi che rimanda a un certo periodo cult della storia. Ecco perché un oggetto nuovo, anche se ricorda il passato, non verrà mai definito vintage, ma rétro.

Sai? Perché

Perché è più facile imbrogliare e mentire nel pomeriggio?

Dal primo pomeriggio in poi la "bussola morale" che fa di noi persone oneste sembra indebolirsi, ed è più facile farsi tentare dalla lusinga di una bugia. È il curioso risultato di uno studio che si è svolto in diverse fasi presso le Università di Harvard e dello Utah. Ad alcuni partecipanti è stato chiesto di inviare un messaggio vero o mendace a un partner virtuale in cambio di 25 cents (per i

messaggi onesti) o 50 cents (per quelli inventati). Un altro gruppo ha dovuto risolvere puzzle virtuali in cambio di denaro, che veniva dato semplicemente

a chi dichiarava di aver completato il compito (e non a chi l'avesse realmente finito). **In tutte le prove, i soggetti hanno barato più facilmente nel pomeriggio.** È successo soprattutto a chi aveva dichiarato di essere in genere una persona onesta e di sentirsi in colpa quando mentiva. Chi invece aveva già detto di non aver problemi a imbrogliare il prossimo si è mostrato meno sensibile all'effetto "pomeridiano" e ha

barato indistintamente al mattino e dopo pranzo. Lo studio è in linea con ricerche simili, che suggeriscono che **l'autocontrollo sia come un muscolo che si stanca per il troppo uso.** Dopo una mattinata caratterizzata da tanti piccoli dilemmi morali siamo meno capaci di controllarci e riusciamo a mentire per appena 25 centesimi in più.



Qual è l'origine dei nomi dei formaggi?

CACIOCavallo

Composto da cacio (formaggio) e cavallo: perché aveva la sagoma di un cavalluccio o perché le forme si conservano a cavallo di un'asta orizzontale.

GORGONZOLA

Dall'omonimo comune nella provincia di Milano dove veniva inizialmente prodotto. Altri formaggi italiani coincidono con un toponimo: Asiago (comune nel Vicentino), Taleggio (Bg), Bitto (torrente in alta Lombardia).

GRUVIERA

Dalla località Gruyère nel cantone svizzero di Friburgo. Altri formaggi da località: Emmental è la valle dell'Emme, nel cantone di Berna; Camembert è nella Bassa Normandia; Roquefort (sur-Soulzon) nei Midi-Pirenei; la Brie è parte della Seine-et-Marne presso Parigi; Cheddar è nel Somersetshire (Inghilterra); Edam in Olanda.

MOZZARELLA

Due possibilità: perché realizzata con smozzature, pezzi "strappati" dall'insieme del caglio, o perché mozzata, cioè legata nel mezzo.

ROBIOLA

Dalla voce lombarda robiola, "formella rotonda".

CERTOSA

Dalla Certosa di Pavia, nelle cui vicinanze sorgevano gli stabilimenti dell'azienda produttrice (da cui anche il certosino). Il legame con la certosa liquore e i frati certosini è solo indiretto.

FONTINA

Da località dette Fontines o Fontin in Valle d'Aosta, anche se l'origine non è certa. Ma non dal fatto che fonde con facilità.



MASCARPONE

Da mascherpa, termine lombardo, contaminato da "scarpa", per indicare la crema di latte.

PROVOLA

Da pruvatura o pruvula, cioè "prova": secondo la tradizione veniva fatto assaggiare ai componenti del capitolo religioso del monastero di S. Lorenzo in Capua (Caserta).

SCAMORZA

Da scamozzare, parola abruzzese, ossia "togliere una parte": il formaggio viene diviso in due porzioni diseguali, strozzato con due dita usate a mo' di forbice.

STRACCHINO

Dalla voce dialettale stracco per "stanco", in quanto prodotto con latte di vacche stanche per la transumanza al fondovalle dopo l'alpeggio estivo.



Per i cani è la stessa cosa scodinzolare a destra o a sinistra?

Già in passato gli scienziati avevano dimostrato che i cani scodinzolano verso destra quando avvertono emozioni positive (per esempio, quando vedono il loro padrone) e a

sinistra quando sperimentano sensazioni negative (come quando vedono un cane aggressivo). Questo comportamento riflette ciò che accade nel loro cervello: in particolare l'attivazione dell'emisfero sinistro genera uno scodinzolio a destra e l'attivazione dell'emisfero destro uno scodinzolio a sinistra. Ma ora un nuovo studio ha dimostrato che gli altri cani si accorgono perfettamente da che lato stanno scodinzolando i loro simili, e reagiscono di conseguenza. I ricercatori hanno mostrato ad alcuni cani video di altri cani che scodinzolavano nell'una o

nell'altra direzione. Quando hanno visto lo scodinzolio a sinistra, i cani studiati si sono mostrati ansiosi e il loro battito cardiaco è aumentato. Quando hanno visto scodinzolare a destra sono rimasti invece perfettamente rilassati. Questo comportamento - che più che una forma di comunicazione volontaria è un riflesso automatico dell'attività cerebrale - potrebbe essere usato da veterinari e proprietari di cani per interpretare al meglio le manifestazioni emotive dei nostri amici a quattro zampe.



È vero che gli uomini rallentano il passo solo se camminano con la partner?

La velocità ottimale di camminata è strettamente correlata alla massa corporea e alla lunghezza della gamba. Chi ha arti più lunghi e peso

e uomini non conviene camminare fianco a fianco: uno dei due dovrà sacrificare la propria velocità ideale di camminata, accelerando o decelerando, pur di adeguarsi al passo dell'altro. Un gruppo di ricercatori della Seattle Pacific University ha analizzato la camminata di

maggior
è in genere
più veloce:
ecco perché
gli uomini
hanno
un passo
più lungo
e svelto
di quello
femminile.
Da questo
punto
di vista
a donne

11 coppie scoprendo che l'uomo diminuisce in media la sua velocità del 7%, quando cammina con la donna che ama (e ancora di più se la tiene per mano). Lo stesso non accade, però, se passeggia con un'amica per la quale non prova alcuna attrazione o se si trova in compagnia di un altro uomo: in questo caso, anzi, entrambi tendono ad accelerare leggermente rispetto alla propria velocità ideale. Per contro, le donne non sembrano accelerare per raggiungere la stessa velocità del compagno, ma aspettano che questo si adegui alla propria. Quindi i maschi rallentano il passo semplicemente per il piacere di intrattenere una conversazione la propria partner.

Mister Dash

via degli Aranci, 101 - Sorrento

CORONA ORO
carta igienica

€1,75



VET 500 strappi
asciugatutto

€1,60



LACTACYD
Intimo

€1,45

3
PRODOTTI



PULIRAPID
500ml classico

€1,00



AVA
fustino 56 misurini

€4,00



NAPISAN
2,4 litri

€5,60

Offerte valide dal 20 al 31 Gennaio

UNA CASETTA CHE SI TRASFORMA IN UN CINEMA DA 100 POSTI

La città di New York ha da poco un cinema all'aperto decisamente insolito. Realizzato dall'artista Matthew Mazzotta in collaborazione con il Coleman Center for the Arts, si tratta di un caso di architettura "trasformabile". Normalmente, la struttura quando è chiusa sembra una piccola casetta in legno delle periferie americane. Ma la struttura si apre e si trasforma in un cinema da 100 posti. Il senso del progetto è quello di cercare di recuperare delle aree urbane attualmente abbandonate: la casetta-cinema infatti è stata collocata su un terreno che prima ospitava un'abita-



zione abbandonata, e lo scopo è quello di permettere di organizzare eventi (non solo cinematografici, ma anche concerti o rappresentazioni teatrali) e di permettere

di "ri-socializzare" la zona, sfruttando una struttura che può essere spostata in caso di necessità ma anche che si "auto-protegge" da atti di vandalismo.

AUTO PIENA DI SPAZZATURA CAUSA UN INCIDENTE

Tenere l'auto pulita non è solo una questione di ordine ma anche di sicurezza stradale, specie se si arriva a livelli di sporcizia record come quelli toccati oramai qualche anno fa dalla Ford Focus di una certa Ann Biglan, cinquantatreenne di West Yarmouth, in Massachusetts. La spazzatura riempiva quasi completamente la macchina, al punto da causare un incidente stradale: diversi

bicchieri di plastica si sarebbero infilati tra il pedale del freno e dell'acceleratore, facendo perdere alla donna il controllo dell'auto. Fortunatamente, l'incidente è avvenuto in un parcheggio, mentre la donna faceva ma-



novra per ripartire, ed i danni sono stati tutto sommato limitati.

LA CASA DI MARZAPANE PIÙ GRANDE DEL MONDO

La favola di Hansel e Gretel sembra diventata realtà a Bryan, in Texas. Fortunatamente non c'è la strega cattiva. C'è invece la casa di marzapane più grande del mondo: alta 6,5 metri per una superficie di oltre 230 metri quadri, ha le dimensioni di una ampia e signorile villetta, ed ha conquistato un posto nel Guinness dei Primati. Per tenere in piedi la struttura, è stato usato uno scheletro in legno sul quale si appoggia il marzapane. In tutto la costruzione ha richiesto tra le altre cose 815 kg di burro, 1325 kg di zucchero di canna, 3.325 kg di farina e 7.200 uova. Sicuramente non si tratta di un piatto ideale per chi è a dieta: la casa



contiene infatti un totale di 35,8 milioni di calorie. La costruzione della casa è stata un'iniziativa di beneficenza a favore di un centro dell'ospedale regionale St. Joseph. La casa di marzapane ha resistito al sole del Texas ed anche ad alcuni temporali, ma c'è

stata anche qualche difficoltà inattesa: "Una cosa a cui non avevamo pensato sono le api nei giorni caldi. Sono arrivate, riempite di zucchero e poi vagavano a zonzo come ubriache. Ma nessuno è stato punto" continua Horton.

MACCHINETTA DEL CAFFÈ CHE DECORA IL CAPPUCCINO

L'arte della decorazione del cappuccino, usando la schiuma per creare disegni, ha sempre più estimatori, tanto è vero che oltre ad appassionati che hanno creato nuove varianti (a colori, o in 3D), sono nate anche stampanti per riprodurre foto sulla schiuma. In Giappone sono

state create delle macchinette del caffè che permettono di avere il caffè "decorato". Sembra siano molti quelli che gradirebbero poter avere un caffè di questo tipo da un distributore automatico, se non altro per spezzare la noia del "solito" caffè.



VINCE 2 MILIONI DI EURO ALLA LOTTERIA: LI RIFIUTA

Uno dei casi più curiosi di vincite alla lotteria è quello di un settantenne tedesco che qualche tempo ha vinto ben due milioni di euro, ma non li vuole. L'uomo, che viveva ad Hameln, nella Bassa Sassonia, ha comprato un biglietto della lotteria. Il biglietto si è rivelato vincente, ma è nato un insolito problema: l'uomo infatti non voleva i soldi della vincita. Il pensionato si è presentato agli uffici

centrali dell'ente che gestiva la lotteria spiegando di non essere interessato a ricevere il denaro, dato che non aveva parenti (la moglie era morta e non aveva figli né altri parenti prossimi) e lui non sapeva cosa farsene da solo di tutti quei soldi. L'uomo ha spiegato di avere giocato solo per abitudine, perché la moglie era appassionata di lotterie. I dipendenti dell'ufficio hanno insistito perché accettasse



comunque la somma, al limite dandola in beneficenza, ma l'uomo non ha voluto sentire ragioni.

UN GATTO-CAPOSTAZIONE

Nella città di Kinokawa, in Giappone, c'è una stazione molto particolare. Il capostazione infatti Tama, è un gatto. L'incarico è nato quasi per caso, quando la compagnia ferroviaria che gestiva la stazione è stata acquisita e la stazione è stata ristrutturata. L'adiacente edificio, acquisito per espandere la stazione, ospitava un rifugio per gatti, e la donna che lo gestiva ha chiesto che la nuova stazione ospitasse i gatti, per evitare che fossero sfrattati. Quando

il manager a cui è stata fatta questa richiesta ha visto Tama, lo ha subito immaginato come capostazione: un'idea che sperava che portasse fortuna e così è stato. Tama è diventato subito una star, con apparizioni in spot pubblicitari e molti curiosi che vengono a visitare la stazione "gestita" dal gatto. Addirittura, recentemente è stato disegnato anche un treno-gatto, dedicato a Tama, progettato dal designer Eiji Mitooka.



PUB - BIRRERIA - PIZZERIA



L'unico pub interamente dedicato ai giochi!!!



Gli altri appuntamenti da non perdere:

TUTTI I MARTEDI'



B-QUIZ
Il quiz
creato dal
blossoms pub

TUTTI I VENERDI'



26 GENNAIO 2014

**CENA
CON
DELITTO**



TANTI TORNEI



calcio balilla
ping pong
xbox360
carte

TUTTI I MATCH



**FESTE
PRIVATE**



BLOSSOMS PIANO

VIA CAVONE, 77 - PIANO DI S. (NA) - TEL. 081/5321827 - 3339521200 (DOMENICO)

*Il mio medico curante mi ha diagnosticato recentemente una **STEATOSI EPATICA**.*

*Mi ha spiegato che il problema è principalmente alimentare. Cosa mi consiglia dal **PUNTO DI VISTA DIETETICO**?*



La steatosi epatica non alcolica, comunemente chiamata "fegato grasso", consiste in un eccessivo accumulo di trigliceridi a livello degli epatociti, ovvero, le cellule del fegato.

Fortunatamente, nella maggior parte dei casi è reversibile e non porta complicazioni. Però, in alcuni casi, può evolvere in un'inflammatione al fegato detta steatoepatite. Quest'ultima, attraverso diversi meccanismi, causa la morte degli epatociti con sostituzione di tessuto cicatriziale. In tal caso si parla di cirrosi epatica. Giunti a tal punto la funzionalità del fegato può essere significativamente compromessa.

Per tale ragione, dopo una precoce diagnosi di steatosi epatica da parte del medico, è bene agire subito con un netto cambio dell'alimentazione e dello stile di vita. È infatti questo il primo approccio in questa patologia.

Prima di parlare di dieta per la steatosi epatica, bisogna fare una considerazione: tale patologia è frequentemente associata alla sindrome

metabolica, una complessa patologia oggi molto diffusa a causa dei moderni stili alimentari e caratterizzata da vari elementi distintivi quali obesità viscerale (a livello addominale), glicemia elevata o precedente diagnosi di diabete, bassi livelli di colesterolo HDL, trigliceridi alti e ipertensione arteriosa.

Quindi la dieta deve agire sui diversi dismetabolismi.

Innanzitutto, la perdita di peso corporeo è il primo elemento su cui lavorare. La restrizione calorica, necessaria per ottenerla, deve avvenire principalmente a livello dei grassi, in particolare dei grassi saturi, contenuti negli alimenti di origine animale. Quindi è opportuno evitare il consumo di carni grasse e limitare il consumo di formaggi. Sostituire i secondi piatti della settimana caratterizzati da questi alimenti con legumi (importante fonte di proteine vegetali e fibre) e pesce. Un paio di uova a settimana possono essere tranquillamente consumate.

Incrementare il consumo di verdure (sotto forma di

insalate, minestrone, creme e zuppe) cercando di contenere (ma non eliminare!) le porzioni di pasta, riso e pane sostituendoli, talvolta, con altri tipi di cereali integrali. Ridurre il consumo di dolci.

L'olio extravergine di oliva dovrà essere il condimento preferenziale della vostra dieta.

Ultima nota di rilievo: l'incremento dell'attività fisica. Se di tipo aerobico e d'intensità moderata (camminata veloce, ciclismo leggero, jogging...) condotta almeno 3 volte a settimana per 45 minuti, è caratterizzata da un consistente consumo di grassi come "combustibile" durante l'attività fisica e un impegno per l'organismo non eccessivo per soggetti che spesso, in tale condizione, presentano limiti fisiopatologici ad un eccessivo sovraccarico di lavoro. Vige, comunque, la raccomandazione di consultare il medico prima di intraprendere una qualsiasi attività sportiva.

dott.ssa Emma Ruocco
emmaruocco@libero.it

serate a tema

messaggeria istantanea

Karaoke Show

NEW PROJECT By Chiara Nardi

latino americano

karaoke & disco party

Novità dell'anno

Disponibile per eventi,
cerimonie, compleanni

**RICHIEDI IL TUO PARTY
PERSONALIZZATO!**

Tutti i venerdì:
COVENT GARDEN PUB,
Via del Salvatore, 8, Meta

Info e contatti:

☎ Cell 3394020175 - 3389336508

f facebook.com/KaraokeShowByChiaraNardi

✉ KSnewproject@gmail.com

STAFF: **Dj**MassimoRusso **Dj**MarcoRusso **Speaker**DaianaAlloggio



s h o p

di Mario d'Esposito



It's a... "pocket time"

prendi **5 confezioni**

Pocket da 10 cialde

del valore di 1 € cadauna

e ne porti a casa 6



s h o p

di Mario d'Esposito

OFFICIAL SORRENTO

Intenso

— ACQUA DI CAFFÈ — POINT

MDE SHOP

Via Cassano, 55

0815342270

<http://www.mdeshop.com/>



Posso CAMBIARE un capo d'abbigliamento comprato IN SALDO?

Le vendite di fine stagione, cioè i saldi, rientrano nella categoria delle svendite. L'acquisto in periodi di svendite è regolamentato dal decreto legislativo n. 114/98, che ha stabilito la libera circolazione delle merci e ha individuato all'articolo 15 le norme che disciplinano le vendite straordinarie.

Innanzitutto bisogna precisare che gli articoli che vengono proposti nei negozi durante l'intero periodo delle svendite devono effettivamente essere appartenuti alla collezione o alla stagione passata o che sta finendo e non devono essere dei fondi di magazzino, questi vanno venduti deprezzati di molto rispetto al prezzo originario. Inoltre, il prezzo di vendita iniziale deve essere

ben indicato, insieme alla percentuale dello sconto ed al prezzo finale. Se il negoziante non rispettasse questi obblighi, rischierebbe sanzioni salate.

Il negoziante invece non ha l'obbligo di far provare i capi ai consumatori, infatti la possibilità di provare gli articoli anche quando vengono messi in saldo è a pura discrezione del commerciante. In questi casi **bisogna fare molta attenzione perchè il cambio merce per errato acquisto, o comunque per motivo diverso da un difetto dell'oggetto, è a pura discrezione del negoziante** che potrà decidere di accettarlo o meno.

Diverso il caso in cui la merce è difettosa, infatti la merce acquistata in svendita

si può sostituire se risulta difettosa presentando alla cassa lo scontrino di acquisto. Il commerciante, una volta ripreso l'articolo, può decidere se ripararlo o sostituirlo, se ridurre ulteriormente il prezzo o restituire i soldi in contanti all'acquirente. Il decreto 114/98 stabilisce che in caso di difetto il consumatore ha il diritto di denunciare lo stesso entro due mesi dalla data in cui lo stesso è stato rilevato.

*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*



COME ORIENTARTI NEL CYBERFLIRT

senza incorrere in trappole

Internet non serve solo per comunicare con gli amici, fare ricerche scientifiche e controllare le previsioni meteorologiche.

Molti usano il ciberspazio anche per trovare l'anima gemella. Come? Usando la prudenza e il buon senso che si confaceva alle brave ragazze di un tempo.

LE REGOLE

Per trovare su Internet il principe azzurro con cui trascorre il resto della propria vita, innanzitutto bisogna fare attenzione al nome di fantasia che decidete di dare al vostro indirizzo email.

Sceglietene uno che non sia né troppo noioso, né troppo sexy. Il vostro primo messaggio deve partire da lui. Voi dovrete soltanto rispondere - e non sempre.

Mai messaggiare il sabato sera («lui capirebbe subito che siete disperatamente sole»). **Mai rispondere ad una sua email prima che siano trascorse 24 ore.**

L'«instant messaging» - la conversazione a due, in tempo reale - non va mai concessa: l'obiettivo è farsi

corteggiare, lui dovrà cercarvi e aspettare.

Scartate gli uomini che al quarto messaggio non vi hanno ancora chiesto di uscire; gli sbadati che non vi fanno un dono romantico e quelli che vi invitano fuori soltanto il martedì e il giovedì e sono sempre occupati il sabato: evidentemente sono impegnati con un'altra («non credete alla storia dei vecchi genitori malati»).

E poi, ma va da sé, non date mai il vostro indirizzo, né altre informazioni su di voi, come la vostra foto o luogo di lavoro che possono aiutarlo a localizzarvi.

Il primo appuntamento con un uomo conosciuto in Rete dovrà essere in un luogo pubblico.

Ricorda...

Mentre le donne sono delle romantiche inguaribili in cerca del vero amore, gli uomini usano il ciberspazio per collezionare fidanzate. Un uomo è capace di mandare fino a 25 messaggi d'amore per notte. Naturalmente ci vuole buon senso e tantissima prudenza per capire se l'uomo che giura di adorarvi è uno di questi. Poiché nel corteggiamento online la fantasia corre più veloce che in quello in carne ed ossa bisogna agire un po' da detective per capire se è sposato o se vive con qualcuno e soprattutto se fa sul serio.



VADEMECUM

PER INDIVIDUARE

I TIPI DA EVITARE...

L'uomo "a senso unico".

Lo riconosci subito dal profilo: sogna e cerca una donna alta, capelli lunghi, taglia 40, terza/quarta di reggiseno. Nessun accenno alle doti intellettive o alla sensibilità della donna in questione. Il carattere? Non importa, purché il suo aspetto sia quello di un'aspirante starlette. E che cosa amerebbe fare insieme a lei, andare a teatro? Sport? Viaggi? Macché!

L'uomo già IMPEGNATO.

Non tutti gli uomini che fanno dating on line sono onesti sul proprio stato civile. Chi lo è, sta quantomeno ammettendo di essere un

adultero! In altri casi, è sempre meglio diffidare di chi non ha abbinato foto al suo profilo, oppure c'è ma è sfocata, scattata da lontano, con occhiali da sole o col soggetto parzialmente visibile, segno che potrebbe non voler essere riconosciuto...

L'uomo con FOTO AMBIGUA.

Se da un lato chi non pubblica la foto è probabilmente un uomo sposato, dall'altro chi lo fa visivamente (o parzialmente) abbracciato a una ragazza, è con tutta probabilità uno che non fa sul serio, ma che vuole giocare un po'. Stesso discorso per chi si mostra con in braccio un bambino o un cucciolo (possibilmente neanche suo): vuole

intenerire e attirare le donne che lo vedono, presentandosi come colui che ha voglia di farsi una famiglia...

L'uomo "TROPPO OCCUPATO".

È quello che sembra avere una vita super impegnata, al punto da non riuscire a completare a dovere il suo profilo o da esprimersi in monosillabi o, peggio, da tagliare sempre corto dicendo "parliamone dopo". In particolare, quando si passa allo scambio di email si è in pura fase di corteggiamento: se lui è così pigro o distratto da scrivere sempre in forma super abbreviata o da non riuscire a trovare qualche minuto per rispondere alle tue domande, meglio tagliare subito.

cecs

**CENTRO ELABORAZIONI
CONTABILITÀ SYRENTUM**

CONTATTACI SENZA IMPEGNO AL:

340 98 10 380

SORRENTO

GESTIAMO LA CONTABILITÀ
E LE PAGHE DELLA TUA AZIENDA
CON PROFESSIONALITÀ E PRECISIONE
AL MINIMO TARIFFARIO
DITTE INDIVIDUALI
E PROFESSIONISTI € 360,00
SNC E SAS € 500,00
comprensivo di ogni adempimento



Gli gnocchetti incavolati sono degli gnocchi di patate a cui vengono aggiunti, nell'impasto, le foglie del cavolo nero cotte e tritate. Il cavolo nero è un ortaggio poco conosciuto, tipicamente toscano. Ha foglie allungate, increspate, particolarmente sode e croccanti, di color verde molto scuro, quasi nere. Le coste sono piuttosto dure e vanno eliminate. La lavorazione degli gnocchi è un pochino laboriosa, ma il piatto ha un sapore unico che vi saprà dare grande soddisfazione.

Preparazione

Pulire il cavolo eliminando le coste dure e coriacee. Lavare le foglie in acqua fresca corrente. Lessarle in poca acqua salata per 10 minuti. Scolare le foglie di cavolo, metterle in un colino e pestarle con un cucchiaio in modo da strizzarle e levare i residui d'acqua. Tritarle finemente con la mezzaluna su un tagliere. Lavare le patate e lessarle oppure cuocerle a vapore per 30 minuti. Pelare le patate ancora calde, schiacciarle in una ciotola e impastarle con le foglie di cavolo nero tritate, un pizzico abbondante di sale, la farina e impastare. Dividere il composto in quattro parti e lavorarle una per una. Su un tagliere di legno ben infarinato lavorare una parte della pasta fino ad

ottenere un rotolino di un paio di centimetri di diametro. Tagliare con un coltello dei pezzetti da due centimetri. Disporli su uno strofinaccio infarinato facendo attenzione a che non si tocchino fra loro, altrimenti si attaccano. Mettere in una padella antiaderente il Taleggio ridotto a cubetti, le foglie di salvia lavate e spezzettate grossolanamente, il latte e far sciogliere a fuoco lento. Una volta ottenuta una crema, spegnere il fuoco e coprire. Lessare gli gnocchi in abbondante acqua salata e, quando vengono a galla, ritirarli con una ramina forata direttamente nella padella del condimento a fuoco acceso. Mescolare molto delicatamente gli gnocchi scolati nella padella



425 Kcal a porzione
difficoltà media
pronta in 1 ora e ½

Ingredienti:

- 300 g di cavoli neri
- 500 g di patate a pasta bianca o a buccia
- rossa e pasta gialla
- Sale
- 150 g di Farina di grano tenero tipo 00
- 200 g di Taleggio
- 4 foglie di salvia
- 1 cucchiaio di latte
- Parmigiano Reggiano grattugiato

GNOCCHETTI *incavolati*

del condimento per qualche minuto, girando delicatamente per non romperli. Servire immediatamente con Parmigiano Reggiano grattugiato.

Il consiglio

Se avanzano si possono mettere in una pirofila imburrata, cospargere di Parmigiano Reggiano, coprire bene e conservare in frigorifero per un giorno. Al momento di consumarli passarli nel forno a 200°C per una decina di minuti. Così preparati si possono anche congelare. Il giorno prima di consumarli metterli nel frigo a scongelare, quindi riscaldarli nel forno come descritto in precedenza.



Proprietà e Benefici

Questo cavolo ha la foglia lunga, di colore verde intenso con riflessi quasi blu mentre la costola è più chiara. La superficie della foglia è piena di bolle. L'odore è acidulo. È un ingrediente fondamentale della cucina toscana e della famosa "ribollita" una minestra di fagioli con pane raffermo e verdure varie. Avendo bassissimo potere calorico è un ortaggio ideale per chi soffre di sovrappeso.

Il cavolo nero è considerato un alimento utile nella prevenzione di numerose forme tumorali (cancro al colon, al retto, allo stomaco, alla prostata e alla vescica), nonché dell'ulcera gastrica e delle coliti ulcerose. Per godere al meglio del proprietà di questo ortaggio, bisogna cuocerlo in poca acqua e per non più di 15/20 minuti, meglio ancora se cotto al vapore o stufato. Dal punto di vista nutrizionale ha un elevato contenuto di vitamina C.

Cavolo nero

Produzione propria giornaliera



*Caseificio
Terra delle Sirene*

di Di. Giovanni Guglielmo & C. Snc



Vendita ingrosso e dettaglio

Parcheggio clienti

Specialità farcite

Confezioni regalo

Consegne a domicilio

Aperto domenica e festivi

Via del Lauro, 28 - Meta (Na) - Tel. 081.8787949
terraddellesirene@live.it

Trasforma UN ERRORE in un'opportunità

Sbagliare aiuta in quanto consente di mettersi in discussione e migliorare. Ma per individuare il risvolto positivo di certi sbagli bisogna prima imparare a riconoscerli e poi capire bene come possono tornarci utili.



Valutare il singolo episodio.

È fondamentale circoscrivere e contestualizzare i propri sbagli. E sostituire il pensiero "Mi sento un fallimento" con "Ho soltanto sbagliato quel dettaglio di quel lavoro". **La percezione che abbiamo del nostro valore a livello generale, cioè come persona, non può e non deve essere messo in discussione da piccole sviste nel nostro comportamento.**

Abbatere l'orgoglio.

Bisogna accettare l'idea di poter sbagliare, altrimenti il rischio è quello di scaricare sempre colpe e responsabilità sugli altri. Rassicurarsi pensando "Io non ho sbagliato nulla, è il mio capo che è esagerato" può impedirvi di crescere.

Sperimentazione.

È importante ricordarsi che la probabilità di sbagliare è legata alla ricerca di strade nuove. È il prezzo

legato al miglioramento, all'apprendimento, alla crescita in termini personali. Perciò chi non sbaglia è anche chi rimane sempre fermo.

Afferrare la lezione.

A volte sono gli altri a confonderci e a farci vedere gli sbagli soltanto in maniera negativa. Cosa fare in quei casi? **Mantenere la calma e portare l'interlocutore a indicarci la radice esatta del nostro sbaglio.**

Esempio

*Il tuo responsabile ti dice in malo modo che hai fatto un lavoro disastroso? **Chiedigli di spiegarti in cosa hai sbagliato.** "Disastro" è un concetto vago: per sapere dove e come riparare c'è bisogno di sapere su cosa occorre rimettere mano.*

Invertire la rotta.

Dopo aver sbagliato, si capisce che nella vita si può cambiare. E che, volendo,

si può sempre tentare di rimescolare le carte in tavola. Si accoglie e si tiene in considerazione la possibilità di invertire la rotta.

Approdare ad altre occasioni.

Non raggiungere uno scopo può portare a raggiungerne un altro. **Sbagliare una direzione può voler dire approdare altrove e scoprire orizzonti o soluzioni tanto inaspettati quanto validi (o addirittura migliori).**

Vivere meglio.

Imparare ad accettare i propri errori aiuta a maturare un atteggiamento di indulgenza verso se stessi e di prendere la vita in maniera più serena. **E quando si affronta tutto con più tranquillità si finisce automaticamente per essere e risultare una persona più piacevole.** E, a quel punto, ecco che migliorano anche i rapporti con gli altri: si fanno più rilassati, più distesi.



081 8074621 - 3348382802

TI AMO!

www.BES.it

dillo con un palloncino...con Balloon Express Shop si può! Composizioni e bouquet di palloncini originali e sorprendenti... per gli amori che nascono e per quelli che non finiscono mai.



Da Febbraio

ci trasferiamo a Piano di Sorrento
Corso Italia, 267 - VI ASPETTIAMO!!!



Come usare correttamente la LAVATRICE

Chi in casa non ha una lavatrice? Dalla sua invenzione ai giorni nostri, ha rivoluzionato il modo di lavare i panni con conseguenze così radicali, come l'incredibile risparmio di tempo e l'annullamento della fatica, che pian piano si è guadagnata un posto in ogni appartamento.

Oggi rientra fra quegli elettrodomestici che consideriamo necessari e moltissimi pensano di non poter tornare più ad utilizzare i metodi delle nostre nonne. Avere una lavatrice come ogni elettrodomestico, va utilizzata nel modo più corretto; **è importante mettere in pratica alcuni accorgimenti per evitare inutili sprechi di energia, bollette molto salate e il precoce usurarsi della nostra lavatrice.**

Ecco alcuni consigli per usare correttamente questo elettrodomestico.

1

Al momento dell'acquisto scegliete una lavatrice a risparmio energetico per avere risparmi consistenti in bolletta: un modello con categoria non inferiore alla A (la A+++ è la più virtuosa per risparmio di acqua, energia elettrica e ottime prestazioni). Controllate anche che la lavatrice **sia dotata del**

sistema di riconoscimento del carico, in questo modo la lavatrice doserà la quantità d'acqua ed energia adeguata per il lavaggio con consistenti risparmi.

2

Un problema parecchio fastidioso che può insorgere con l'utilizzo della lavatrice è un'incontrollata proliferazione batterica, le conseguenze spaziano dal semplice prurito a delle allergie vere e proprie; è buona regola quindi

LEGGIMIGRATIS CONSIGLIA...

Ogni tanto impostate un lavaggio ad alte temperature per evitare incrostazioni di detersivo

Importante...

I...anche la funzione delle temperature; esistono dei detersivi di ultima generazione in grado di garantire un pulito impeccabile anche a 15°, ma ci sono rare volte in cui il bucato è in condizioni terribili (macchie di fango o grasso di motore) e in questi casi è possibile impostare la temperatura a 90°, ma fate molta attenzione perché i colori e le fibre ne risentiranno; la temperatura generalmente consigliata è sui 30°-40°.



utilizzare un antibatterico specifico per lavatrici, oppure sceglierne una che possieda vasca e guarnizione con antibatterico a rilascio continuo.

3

Per risolvere il fastidio del rumore prodotto durante il programma di lavaggio, **preferite una lavatrice dotata di sistema a induzione;** resterete piacevolmente sorpresi dal rumore che viene notevolmente ridotto. **È consigliabile utilizzare la lavatrice nelle fasce orarie in cui l'energia elettrica costa meno,** per cui assicuratevi che la vostra abbia il sistema per

programmare il lavaggio a distanza di alcune ore. L'utilizzo di corrente elettrica costa meno dalle 23 alle 7 del mattino, cercate quindi di fare in modo che la lavatrice si metta in funzione in questo intervallo orario, mentre voi starete dormendo.

4

In base a delle statistiche, sembra che quasi tutti coloro che utilizzano la lavatrice, la avviano soltanto al 60% delle sue possibilità di carico. Quest'abitudine comporta notevoli sprechi per cui **è bene aspettare di avere una quantità adeguata di capi da lavare.** Nel caso in cui non possiate proprio

aspettare, basta impostare il lavaggio in modalità "eco" o "mezzocarico"

5

Verificate lo stato dell'acqua nella vostra zona, **è importante sapere se è un'acqua dura, ricca di calcare o meno,** in quanto influisce sulle performance del detersivo; inutile che sia un detersivo di ottima qualità, se la vostra acqua è troppo dura sarete costretti ad utilizzarne una quantità maggiore, fino al triplo della dose suggerita. Assicuratevi che, in condizioni di acqua molto calcarea, **la vostra lavatrice segua una corretta manutenzione per evitare problemi più gravi che potrebbero insorgere in seguito,** con il rischio che si guasti irrimediabilmente e quindi sarete costretti ad acquistarne una nuova.

Vedrete che attraverso questi suggerimenti riuscirete a sfruttare tutte le potenzialità del vostro elettrodomestico, con risultati impeccabili e nel rispetto dell'ambiente e del portafoglio.

*Un nuovo aiuto può arrivare a chi soffre di emicrania, e non si tratta di farmaci. Ricercatori dell'Albert Einstein College di New York, coordinati da Richard Lipton, hanno scoperto una **valida alternativa alla terapia farmacologica**, destinata soprattutto a coloro che soffrono di emicrania resistente ai medicinali: un dispositivo elettronico che opera una stimolazione magnetica transcranica (Tms) con singolo impulso.*

Ridurre l'emicrania SENZA FARMACI

La Tms, un'apparecchiatura costituita da un generatore di corrente che produce scariche e da una sonda (coil) stimolante posta a diretto contatto con il cranio del paziente, è **una tecnica non invasiva di stimolazione elettromagnetica del tessuto cerebrale**.

La Food and Drug Administration (Fda) ha infatti dato il via libera a mettere in commercio il primo strumento in grado di ridurre il dolore causato dall'emicrania preceduta da aura, cioè un disturbo di tipo visivo, sensoriale

o motorio che precede immediatamente l'attacco. L'apparecchio, come spiega l'ente regolatore americano dal suo sito, va usato solo dietro prescrizione medica. Nel prendere questa decisione, l'ente statunitense per la regolamentazione dei farmaci si è basato sui risultati di alcuni studi scientifici che avevano riscontrato effetti positivi del TMS nella cura del più diffuso tipo di cefalea. Lo studio, oggetto di pubblicazione recentemente sulla prestigiosa rivista "Lancet Neurology", è stato condotto su 201 pazienti affetti da emicrania con aura, in doppio cieco, ossia alcuni di loro sono stati sottoposti a falsa stimolazione per un periodo di 3 mesi: nel 39% dei casi si è avuta eliminazione del dolore per 2 ore senza alcun effetto



*Da tempo si sono identificate alcune spine irritative in grado di provocare o aggravare il mal di testa e, al di là di questa nuova possibilità di cura, è sempre consigliabile, a scopo preventivo, cercare di **evitare e/o affrontare** con consapevolezza:*

- stress e ansia
- cambiamenti climatici
- caffeina, cioccolato, alcol
- mancanza di sonno o ipersonnia
- cambiamenti ormonali durante il ciclo mestruale
- abitudine a saltare i pasti
- alimenti che contengono nitrati (come gli hot dog), tiramina (come i formaggi stagionati, il pesce affumicato), il glutammato monosodico o l'aspartame.



NAUTICA SIC SIC

Porto di Sorrento



• Noleggio Barche
• Escursioni
• Giorno + Notte
• Taxi mare
• Servizio Skipper



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



DA 50€
FROM 50€



A 70€
70€

WWW.NAUTICASICSIC.COM

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

Info: 081.8072283 - 330704947 - 3357738005

Tutti i prodotti
STANHOME



Tutti i prodotti
KIOTIS



CERCHI UN'INCARICATA DI FIDUCIA ?

Lisa, incaricata di zona della Penisola Sorrentina, per la vendita dei prodotti **STANHOME e KIOTIS**.

Contattami, anche solo per info e **SENZA IMPEGNO**, per scoprire tutte le offerte settimanali ed i regali pensati a posta per te !

Lisa: 3668926844

<https://www.facebook.com/stanhomeekiotis>



ARTICOLI da REGALO

casalinghi

DETERSIVI

allestimento FESTE

ALIMENTI per ANIMALI

bartoleria

COMPOSIZIONI di PALLONCINI

**Via Severo Caputo 1/Q
Monticchio - Massalubrense
tel. 081.8780379**

collaterale rispetto al 22 per cento di coloro che hanno utilizzato il dispositivo placebo. Una percentuale senza dubbio non altissima, ma che se sommata a quella derivante dall'azione dei farmaci costituisce un'arma in più per la lotta contro un disturbo di cui si calcola soffra il 10% della popolazione mondiale. Una stimolazione magnetica elimina la dipendenza dai farmaci.

“È già in uso per curare depressioni e ansie.”

L'apparecchio somiglia a un palmare è molto facile da maneggiare e il paziente lo usa da solo quando il dolore diventa insopportabile. Il dispositivo va appoggiato sulla parte posteriore del cranio e funziona inviando impulsi magnetici per stimolare la corteccia occipitale del cervello che dovrebbero attenuare o eliminare il dolore.



EMICRANIA CON AURA

(in passato definita emicrania classica)

L'aura è un insieme di sintomi neurologici che precedono l'attacco di emicrania; è caratterizzata da sensazioni ed emozioni estremamente spiacevoli e sgradite della durata variabile tra 5 e 20 min (anche se si conoscono casi di aura lunga fino ad un'ora). Durante questi momenti non si percepisce ancora nessun dolore, l'attacco di emicrania si verifica solo dopo il termine dell'aura. I sintomi più comuni comprendono disturbi visivi, perdita delle forze, fastidio causato dalla luce e difficoltà nel linguaggio.

..... *Forse non sapevi...*

Si calcola che di media una persona **perde almeno 3 giorni lavorativi all'anno a causa del mal di testa, e presenta ridotta efficienza lavorativa per più di 7 giorni all'anno per lo stesso motivo.** Questo disturbo, oltre a rappresentare un grosso disagio per il portatore, **rappresenta un elevato onere per la società, con costi indiretti pari a circa 1 milione di euro all'anno.**

.....

per la tua PUBBLICITÀ sul

LEGGIMI *Gratis*

380.35.71.772

A.S.D.



UGadi



Dance Academy & Fitness

Via delle Rose, 36 - Piano di Sorrento Info: 0815322345 - 3393324670

NON CI SONO SPESE DI SAGGIO

La Prima Scuola in Penisola di "PERFORMER"

Danza Classica

Danza Moderna

**Metodo RAD Esami
riconosciuti a livello
internazionale**

**CORSI PROPEDEUTICI
(5-7 anni)**

**CORSI REGOLARI
(dai 7 anni)**

**LIBERO MOVIMENTO
CREATIVO (3-5 anni)**

**CORSI PROFESSIONALI
per aspiranti Ballerine/i
ad indirizzo televisivo**

**CORSI PROPEDEUTICI
(5-7 anni)**

**CORSI REGOLARI
(dai 7 anni)**

Danza Contemporanea

Danze Caraibiche

**CORSI PROFESSIONALI
per aspiranti Ballerine/i
con inserimento in
Compagnia stabile di Danza**

**Salsa, Merengue, Bachata
Reggaeton, Kizumba
Latin Jazz
Bollywood**

Stages ed Esami in sede

**FITNESS: tutti i giorni dalle 10:00 in poi corsi di:
Ginnastica dolce - Stretching - Ginnastica posturale**

ZUMBA: Corsi per bambini - Corsi per adulti

Da Gennaio corsi di Pilates con Istruttore F.I.F.

Due sale per un solo Progetto: IL TUO BENESSERE!

Pulire lo **SMARTPHONE** *previene* **L'INFLUENZA**

Generalmente gli smartphone, così come i tablet, sono un enorme ricettacolo di batteri e virus, incluso quello dell'influenza, che può colpire più facilmente chi usa spesso il cellulare. Mediamente sulla superficie di un telefonino sono presenti oltre 8 mila diversi germi patogeni e un recente studio pubblicato sul 'Journal of Applied Microbiology' mostra che il 30% di questi germi finisce sulla mani dell'utilizzatore.

La notizia non è di certo nuova, se ne è discusso ampiamente, ma lo ricordano alcuni esperti al New York Times, dando anche qualche suggerimento su come 'bonificare' questi oggetti. L'ultimo studio in ordine di tempo sul tema è stato pubblicato poche settimane fa dall'American Journal of Infection Control, e ha trovato sul 15% di un campione di iPad delle colonie di *Staphylococcus Aureo* e *Clostridium Difficile*, due batteri potenzialmente pericolosi. Nello studio erano stati testati anche diversi metodi di pulizia. L'esperto assicura che i prodotti che si trovano in commercio per la pulizia a base di alcol bastano per una buona disinfezione. "Passare un panno in

Cosa OCCORRE:

- Un panno liscio in microfibra – Si può trovare in negozi che vendono occhiali oppure in farmacia. In genere è incluso anche negli scatoli di computer e apparecchi elettronici appena acquistati, per cui controllate bene prima di acquistarne uno nuovo!
- Bastoncini di cottonfioc
- Acqua distillata – Serve per pulire lo schermo e la lente della fotocamera. L'acqua distillata non ha le sostanze chimiche che sono presenti invece nell'acqua di rubinetto, e non lascerà quindi aloni una volta asciugata.
- Alcol isopropilico al 70% (rubbing alcol) – Necessario per pulire la tastiera e le parti di plastica. Altri prodotti chimici e disinfettanti sono troppo aggressivi per la maggior parte degli smartphone. Non usate assolutamente solventi, ammoniaci, o sostanze abrasive se non volete ritrovarvi il cellulare rovinato e pieno di macchie.

Come procedere:

Innanzitutto spegnete il cellulare e togliete eventuali custodie che usate per proteggerlo. Se possibile, rimuovete anche la batteria. Fate attenzione a rimuovere pellicole protettive dallo schermo, perché uno strappo troppo indelicato potrebbe rovinarlo. Se lo schermo presenta già delle crepe, allora meglio lasciare la pellicola protettiva dov'è per evitare ulteriori danneggiamenti.

Iniziate a pulire la tastiera con un cotton fioc o un panno liscio in microfibra imbevuto di alcol. Strofinare delicatamente, mai in modo troppo energico, e fate attenzione a non lasciar penetrare l'alcol all'interno del telefono e sotto la tastiera.

microfibra umido sui dispositivi è sufficiente a eliminare quasi tutti i batteri più comuni - spiega uno degli autori dello studio - ma per quelli più resistenti o per i virus come quello dell'influenza e' necessario invece usare qualche sostanza detergente".

I più 'germofobi' possono però ricorrere a dispositivi studiati per gli smartphone dove riporre gli oggetti per un 'bagno' di raggi ultravioletti, che dovrebbero uccidere il 99,9% delle colonie.

In commercio sono disponibili anche diversi tipi di coperture usa e getta, compresa una specie di busta che racchiude completamente smartphone e tablet, molto usata negli ospedali.



Forse non sapevi...

È stato dimostrato che un cellulare contiene più germi di una tavoletta del wc!

Almeno una passata quotidiana con un panno è il minimo indispensabile per un'igiene di base.

.....
Alla mostra dell'elettronica di consumo che ogni anno si svolge a Las Vegas è stato presentato un dispositivo che sembra una normale custodia per cellulari, sistemabile anche sulla cintura dei pantaloni, ma che funziona come 'neutralizzatore' di germi attraverso alcuni Led che si illuminano e proiettano sullo schermo dello smartphone raggi ultravioletti in grado di disinfettarne efficacemente la superficie in soli 30 secondi.
.....

Phone Soap, invece, si mostra come una scatole (4,8 x 12,5 x 17,6 cm) in alluminio con lampada UV-C interna che in 3/5 minuti è in grado di illuminare e quindi sterilizzare il proprio cellulare. Contemporaneamente grazie alla presenza di un cavetto micro-USB e USB da 30 pin per iPhone si può procedere anche con la ricarica del dispositivo.
.....

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

AESTHETIC CLUB
INFO E CONTATTI: Tel. 081/ 8086675 - Cell. 3393346638
VIA SAN VITO N° 61 SANT'AGNELLO (NA)

consulenza di un
chirurgo estetico
GRATUITA

Offerta speciale:
8 trattamenti a soli 150€

cavitazione medica - endermology (lpg) - pressoterapia
radiofrequenza - luce pulsata (epilazione, fotoringiovanimento, macchie cutanee, acne)

TRUCCHI E RIMEDI

per labbra screpolate



Annualmente d'inverso si ripete lo stesso problema: con l'esposizione al vento e al freddo le labbra si seccano e si screpolano. Anche l'aria secca in casa o in ufficio, tende a inaridire le labbra e a favorire la comparsa di piccoli tagli che spesso possono diventare fastidiosi e dolorosi. Ad aggravare la situazione poi si aggiunge la lingua che per tentare di alleviare il disagio, ogni tanto inumidisce le labbra per ottenere in realtà l'effetto contrario.

Con il freddo, dunque, le labbra perdono il loro consueto livello di idratazione, scompare la naturale barriera protettiva costituita da un rivestimento di molecole d'acqua, proteine, vitamine e grassi, ed il primo segnale di tale stato di sofferenza è la secchezza seguita dalla comparsa di piccole pellicine che, nei casi di disidratazione più acuta, possono trasformarsi in tagli e piccole ferite, bruciore insistente e persino sanguinamento. Le basse temperature sono insidiose per la pelle del viso. Restringono i vasi sanguigni, determinano una minore ossigenazione dei tessuti

e, quindi, il ricambio cellulare rallenta, la superficie cutanea si screpola con facilità diventando opaca. Rispetto alla pelle del viso, le labbra sono ancora più sensibili al freddo ed agli sbalzi termici, perché prive di ghiandole sebacee (ovvero quelle che producono il sebo evitando che la pelle si secchi) e di strato corneo. Per questo motivo è più facile che tendano a screpolarsi o a spaccarsi. È necessario quindi proteggerle, per mantenerle morbide e idratate, utilizzando un prodotto specifico in crema. Per prevenire questi fastidi, è consigliata l'applicazione

Il consiglio in più

Ricordare al mattino, prima di truccarsi, e alla sera dopo aver rimosso il trucco, di spalmare sulle labbra un balsamo lenitivo; alcuni balsami per labbra hanno anche la funzione di aumentare l'effetto volume e rimpolpare labbra sottili. Di tanto in tanto fa bene anche massaggiare le labbra con uno spazzolino dalle setole morbidissime per togliere eventuali pellicine e riattivare così la circolazione. Oppure, mescolare una parte di zucchero ad una parte di burro cacao nel palmo della mano ed applicare l'impasto sulle labbra massaggiandole per pochi secondi. Poi, rimuovere l'impasto con un batuffolo imbevuto di tonico.



di unguenti, creme, stick a base di cera d'api, burro di cacao o karitè; di vitamine come la A e la E o di oli vegetali, da applicare almeno quattro cinque volte al giorno. In commercio oltre ai

diffusissimi burro cacao, esistono anche stick labbra senza conservanti chimici o glutine (per chi soffre di celiachia) che contengono oli e burri vegetali al 100% e che sono efficaci e duraturi.

Forse non sapevi che...

Quando si è raffreddati la situazione peggiora perché a causa del naso chiuso si è costretti a respirare con la bocca. In questi casi, per attenuare i disagi, creme, stick e oli vanno applicati molto spesso; se necessario anche ogni ora.

Non è solo il clima rigido a determinare questo problema; tra le cause possibili anche uno stato di carenza vitaminica, dovuto magari a stress o a sintomi influenzali, o all'abitudine a consumare cibi troppo salati o, ancora, all'aggressione

dovuta a smog e polveri sottili.

Il trucco per proteggere le labbra...

Anche i nuovi rossetti cosmetici, applicati sopra un'apposita crema per labbra, rappresentano ottime barriere idratanti e isolanti nei confronti delle aggressioni esterne. Le matite e i rossetti in polvere, invece, tendono ad accentuare la secchezza. Ottimi anche gli stick labbra all'olio di mandorle dolci o al karitè.

LA GINNASTICA per le labbra

Per tenere sempre "in forma" le labbra, esistono anche alcuni esercizi da ripetere quotidianamente, circa 10 volte per ognuno:

- Vocalizzare alternando le seguenti vocali A/O
- Vocalizzare alternando le seguenti vocali E/U
- Far vibrare il labiale emettendo il suono "Brrrrr"
- Pronunciare P con scoppio accentuato
- Ricoprire il labbro superiore con l'inferiore e viceversa
- Gonfiare con l'aria il labbro superiore ed inferiore
- Spostamento labiale a destra e sinistra tenendo le labbra in chiusura perfetta
- Baciare il palmo della mano
- Labbra in posizione di fischio per aspirare l'aria
- Trattenere una matita tra le labbra



RIMEDI NATURALI

per labbra secche e screpolate



OLIO ESSENZIALE D'INCENSO

Già usato nell'antico Egitto per preparare maschere e cosmetici per ringiovanire la pelle e prevenire le rughe, l'olio essenziale d'incenso, oggi si è riscoperto essere anche un ottimo prodotto lenitivo ed emolliente. E' bene massaggiare le labbra con una goccia di olio essenziale di incenso diluita in un cucchiaino di olio di germe di grano. Ripetere l'applicazione ogni qual volta se ne avverta l'esigenza.



CERA D'API E OLIO D'OLIVA

E' questo un antico rimedio, usato spesso dalle nostre nonne per contrastare la screpolatura delle labbra durante il lavoro invernale nei campi.

MIELE

Il miele è un ottimo rimedio, semplice ed efficace, per nutrire le labbra secche e favorire la cicatrizzazione delle screpolature. Basta stendere un leggero strato di miele sulle labbra e massaggiar dolcemente. Tenere in

posa per 15-30 minuti.

L'effetto lenitivo ed emolliente sarà immediato.

Inoltre il miele aiuterà a cicatrizzare i piccoli e dolorosi taglietti.



TEA TREE

L'olio di Tea Tree o "albero del tè" è uno straordinario olio essenziale di

origine naturale, indicato soprattutto per il trattamento di irritazioni cutanee. Basta applicare qualche goccia di tea tree oil con le dita e massaggiare, si noterà subito un sollievo e dopo poche applicazioni le vostre labbra torneranno in perfetta forma.

BURRO DA CUCINA

E' un rimedio casalingo molto efficace contro le labbra screpolate. Prendere una noce di burro e applicare generosamente sulle labbra. Lasciare in posa per 5 minuti, dopodiché

prendere uno spazzolino con setole morbide ed esfoliarle delicatamente le pellicine.



Procurarsi la cera d'api e scioglierla in un tegamino sul fuoco, mescolando e aggiungendo dell'olio extravergine di oliva. Quando il composto diventa una crema, versare il tutto in un barattolo lasciare

raffreddare. Verrà fuori un blocco solido giallo, questo lo si passerà sulle labbra screpolate ogni paio d'ore, a mò di burro cacao. L'effetto emolliente e lenitivo sarà immediato e miracoloso.



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

COLORE SENZA AMMONIACA € 45,00

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

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



TEATRO DIANA

CARLO BUCCIROSSO IN:
LA VITA È UNA COSA MERAVIGLIOSA?

23 Marzo 2014

Euro 55,00 per persona

la quota comprende: Bus G.T. - Poltroncino al teatro - Pizze
Prenotazioni entro il 15 febbraio

CAMPITELLO MATESE

16 Febbraio 2014

Euro 19,00 per persona

la quota comprende: Bus G.T. - Corretto - Assicurazione

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





Sotto l'Alto Patronato del Presidente della Repubblica Italiana

LEONARDO RAFFAELLO CARAVAGGIO

Un progetto ideato e diretto da Renato Parascandolo
Direzione scientifica di Ferdinando Bologna

NAPOLI, CONVENTO DI SAN DOMENICO MAGGIORE
3 DICEMBRE 2013 | 21 APRILE 2014



Ministero della Cultura
Dipartimento Musei
Ministero della Cultura
Dipartimento Musei

Le Mostre
Impossibili

Prodotto da Italia, con il supporto
dell'Ente Promotore per il 2013 Napoli

LEONARDO, RAFFAELLO E CARAVAGGIO: *una “mostra impossibile”?*

Se volessimo ammirare molte opere di un artista dovremmo letteralmente girare il mondo poiché esse sono disseminate in numerose istituzioni museali e chiese o presso privati di varie nazioni. E se anche un museo volesse organizzare una mostra focalizzata su un unico artista, riuscirebbe ad esporre una piccolissima parte della sua produzione, essendo molte le problematiche da non sottovalutare: dal non semplice meccanismo dei prestiti e delle assicurazioni sulle opere d'arte ai rischi legati al trasporto di queste ultime.

Ma ecco che la tecnologia digitale si mette al servizio della cultura e permette di superare molti di questi ostacoli: il risultato è la serie di “mostre impossibili” che dal 2003 sono state realizzate in Italia, ma anche all'estero. L'ultima (per ora) “mostra impossibile”, inaugurata il 2 Dicembre

2013 e aperta fino al 21 Aprile 2014, è nata dalla collaborazione dell'Associazione Polo Culturale Pietrasanta, della Rai e del Comune di Napoli ed espone tutte insieme ben 117 opere di Leonardo, Raffaello e Caravaggio negli spazi del Convento di S. Domenico Maggiore di Napoli, da poco ristrutturato.

.....
La mostra è aperta tutti i giorni, dalle 10.00 alle 22.00.

LA BIGLIETTERIA
chiude un'ora prima.

BIGLIETTO D'INGRESSO:

Intero: 5 €

Ridotto (dai 6 ai 12 anni):

3 €

Gratuito: gruppi scolastici organizzati
.....

Il visitatore si trova davanti non le opere originali (*sarebbe, appunto, impossibile!*), ma riproduzioni esatte (*come indica il sottotitolo della mostra, "l'opera d'arte nell'epoca della sua riproducibilità digitale"*), ad altissima definizione e realizzate su supporti retroilluminati, in scala 1:1, ed ha così l'opportunità non solo di avere **un quadro piuttosto completo della produzione artistica di ciascuno dei tre maestri**, ma anche di apprezzare ogni

singolo dipinto, **cogliendone i più sottili dettagli** che la distanza di osservazione imposta da un'opera originale o una cattiva illuminazione impedirebbero di vedere.

L'esposizione quindi è riuscita a mettere in luce gli aspetti positivi dell'era digitale, molto spesso criticata, a dimostrare come la tecnologia può essere per l'arte e per la cultura non una nemica, bensì un'alleata

ed infine ha fornito lo

spunto per riflettere sul tema della riproducibilità dell'opera d'arte: se **l'opera riprodotta non può e non deve sostituirsi all'opera originale**, essa però garantisce una maggiore e una più diffusa conoscenza degli artisti e della loro attività, permettendo di organizzare mostre complete che possono girare il mondo, e **la sua fruizione è sicuramente più semplice e alla portata di tutti**.

Emanuela Ingenito



{ 36 } OVER 60

Per migliorare il funzionamento cognitivo sarebbe più efficace l'apprendimento di una nuova attività piuttosto che l'allenamento in qualcosa che si sa già fare abitualmente. È il risultato di una nuova ricerca condotta dai ricercatori dell'Università del Texas.

*Come aiutare
la nostra mente
a non invecchiare?*

MANDANDOLA A SCUOLA

Diversi studi hanno da tempo dimostrato che per contrastare l'invecchiamento del cervello e migliorare le prestazioni mnemoniche dopo i 50 anni, **è necessario mantenere in esercizio la mente stimolandola con hobby e attività varie** (leggere e scrivere, suonare strumenti musicali ecc.) oltre che praticare una regolare attività fisica e una dieta equilibrata ricca di frutta e ortaggi.

Quello che questa nuova ricerca aggiunge è che le **attività meno impegnative, come ascoltare musica classica o fare cruciverba, possono essere meno utile al nostro cervello** piuttosto che imparare un mestiere nuovo e mentalmente impegnativo come la fotografia digitale o il computer.

ESERCIZI **per migliorare** LA MEMORIA

La prima cosa da fare per tutelare la velocità mentale è abituarsi a un'alimentazione sana ed equilibrata. Non eliminare completamente gli zuccheri dalla tua dieta, a meno che non te lo richieda il medico: il cervello per funzionare correttamente ha bisogno di bruciare diversi elementi. Se necessario, puoi sostituire gli zuccheri raffinati con quelli complessi o integrali e in questo modo tenere sotto controllo anche il colesterolo.

Cambia ogni giorno il modo

di ripetere i piccoli gesti quotidiani e, soprattutto, quando esci per fare una passeggiata, recuperare il nipotino a scuola o portare a passeggio il cane, cambia spesso il tuo tragitto. Allenare la mente a paesaggi diversi aiuta a mantenere alto il livello di attenzione e quindi anche ad attivare tutti quei meccanismi che registrano i dettagli dello spazio che ci circonda. Questo esercizio è ottimo per stimolare la memoria fotografica.

Per questo studio i ricercatori hanno chiesto a 221 adulti di età compresa tra 60 a 90 anni di impegnarsi in un particolare tipo di attività per 15 ore a settimana nel corso di tre mesi.

Alcuni partecipanti hanno dovuto imparare una nuova attività come la fotografia digitale o il computer (o entrambi), impegno che ha richiesto loro un notevole sforzo di memoria e di altri processi cognitivi. Altri partecipanti, invece,

hanno svolto a casa delle attività che li hanno tenuti occupati senza un particolare sforzo mnemonico, come l'ascolto di musica classica o le parole crociate.

Infine, un terzo gruppo è stato stimolato solo a interagire socialmente facendo gite di gruppo o andando ad assistere spettacoli vari.

Al termine dello studio, è risultato che il primo gruppo di adulti impegnati nell'apprendimento di nuove e difficili competenze ha



mostrato miglioramenti nella memoria rispetto agli altri due gruppi che hanno svolto attività non

impegnative a casa loro o fuori casa insieme ad altre persone.

.....inoltre

Prova a ricordare la lista della spesa. Scrivi i nomi dei prodotti su un bigliettino e, mentre lo fai, immagina le loro confezioni e metti a fuoco alcuni dettagli. Basterà memorizzare un logo, un colore di riferimento, una scritta particolare, la pubblicità sulla confezione per ricordare il prodotto al momento opportuno. Fatto questo, pensa a cosa ti serviranno e **inventa una semplice storia** in cui compaiono tutti gli oggetti di

cui hai bisogno.

Ad esempio: "la signora dalle scarpe rosse entra in cucina e prepara una spremuta di arance per il suo bambino che sta disegnando con dei pastelli colorati vicino al gatto. Il cane invece mangia tranquillamente il petto di pollo avanzato dalla cena insieme a 4 patate bollite". Questo truccetto divertente e utile per la fantasia ti potrà venire in aiuto in moltissimi momenti della giornata.

Leggere a voce alta per qualcuno – il nipotino, l'amico, la compagna – è ottimo per stimolare la concentrazione. Mentre leggi, **cerca di gestire un po' alla volta anche l'intonazione della voce** in modo tale da allenarti a tenere sotto controllo più cose contemporaneamente. In questo caso: la voce, le parole scritte e il filo conduttore della lettura.





Ma come nascono I BAMBINI?

Prima o poi, questa fatidica domanda arriva per tutti i genitori e il modo in cui rispondiamo è determinante per il futuro dei nostri bambini. È necessario perciò decidere con cura quali sono le parole giuste e quelle da evitare. Tra mille dubbi molti genitori vorrebbero fare volentieri a meno di rispondere a domande che creano anche un certo imbarazzo e quindi ricorrono a storielle fantasiose di cavoli e cicogne. E invece una risposta al bambino va sempre data, qualunque età egli abbia. La curiosità non va frenata perché, se mostriamo di volerla reprimere, è come se gli dicessimo che si tratta di un argomento sconveniente.

In realtà, spiegare il sesso non è così difficile come immaginano molti genitori. I bambini si rendono conto del loro corpo molto presto, scoprendone le varie parti. Insegnate al bambino come si chiamano: mani, piedi, naso, stomaco, natiche, pene, vulva. Il piccino non è imbarazzato, a meno che non cambiate improvvisamente tono come se si dovesse fare un mistero delle parti genitali. Quello che spaventa i genitori è il pensiero di dover spiegare tutto una volta che cominciano le domande. In effetti le

domande sono fatte una alla volta, man mano che il bambino raggiunge diversi stadi di sviluppo. Ad ogni diverso stadio non si deve far altro che fornire il vocabolo adatto e spiegazioni molto semplici, generali.

Le risposte veritiere sono migliori delle storielle fantasiose o del mistero di cui si circonda il soggetto come se fosse qualcosa di sconveniente.

Inoltre è meglio che il bambino sappia le cose come stanno dai genitori, che possono accompagnare le spiegazioni con le ragioni per cui è giusto che abbiano bambini solo le persone sposate che si amano e che hanno accettato la responsabilità di amare e aver cura del bambino. Ciò pone l'argomento su un piano sano, evitando che venga imparato in modo da farlo sembrare una cosa sporca o impura.

COME SPIEGARE *il sesso ai bambini?*

In modo semplice e rispondendo di volta in volta alle curiosità del bambino.

Quale risposta dare allora?

La risposta deve essere proporzionale all'età e alla tranquillità con cui noi genitori ci sentiamo di affrontare l'argomento. Facendo attenzione a non dire più di quel che il bambino ci sta chiedendo in quel momento.

Un giorno ti viene chiesto:

"Da dove vengono i bambini?"
Puoi rispondere semplicemente dicendo qualcosa del genere:
"Crescono dentro la mamma". Di solito è tutto quel che ci vuole per il momento.

...Più tardi tuo figlio ti chiederà:

"Come fa il bambino a venire fuori?"
Potresti rispondere:
"C'è una speciale apertura per farlo uscire".
E per ora sarà soddisfatto.

Qualche tempo dopo ecco la domanda:

"Come si fa a fare

un bambino?" La tua risposta potrebbe essere: "Un padre e una madre desiderano avere un bambino. Un seme del padre si unisce a una cellula uovo nella madre e comincia a formarsi un bambino, come un seme nella terra diventerà un fiore o un albero".

Quindi è una storia che continua, e ogni puntata basta a soddisfare per il momento il bambino.

In seguito potrà chiedere:

"Come fa il seme del padre a entrare nella madre?" Puoi dire semplicemente: "Sai com'è fatto un maschietto. Ha un pene. Nel corpo della donna c'è un'apertura in cui entra il pene. Così il seme è piantato. Siamo fatti così perché i bambini possano cominciare a crescere dentro la mamma, e alla fine nascere".

MONDO BIMBI { 39 }

Pizzeria-Rosticceria
Sfizioserie

La Serena

Via dei Pini, 20/22- Piano di Sorrento
Info: 331.4151608 - 334.1281564

Gastronomia da asporto per le tue feste, cerimonie e buffet
venerdì pizza a pranzo
Solo da noi ogni mercoledì
trovi le vere
Empanadas
ti aspettiamo!



Primi Piatti
Tutti i giorni Pollo Arrosto

INF.2AL^{SRI}



Lavorazione infissi
in alluminio
e alluminio legno

Certificazione con relativa
CE UNI EN 143551-1

PRODUTTORE DI VETRATE ISOLANTI
TERMOGLASS
10 ANNI DI GARANZIA
CE UNI EN 1279-2

INF.2AL
VIA CAVONE, 97
PIANO DI SORRENTO
tel/fax 081.808.37.68



	ME	G	S	D	L	S	D	V	S	D	S	D	L	G	V	S	D	ME	L	MA	ME	C
GEN	1		4	5	6	11	12		18	19	25	26										2
FEB			1	2		8	9		15	16	22	23										3
MAR			1	2		8	9		15	16	22	23				29	30					4
APR						5	6		12	13	19	20	21		25	26	27			1	2	3
MAG		1	3	4		10	11		17	18	24	25				31						5
GIU				1	2	7	8		14	15	21	22				28	29					6
LUG						5	6		12	13	19	20				26	27			1	2	3
AGO			2	3		9	10	15	16	17	23	24				30	31					7
SET						6	7		13	14	20	21				27	28		1	2	3	4
OTT			4	5		11	12		18	19	25	26									1	2
NOV			1	2		8	9		15	16	22	23				29	30		3	4	5	6
DIC			6	7	8	13	14		20	21				25	26	27	28		1	2	3	4

pause&play 2014

SCANDIRE LE DIFFERENZE È IMPORTANTE

distinguendo il tempo libero da quello dedicato ai nostri impegni

scegliendo chi offre **servizio e qualità**
estetica e funzionalità



G	V	L	MA	ME	G	V	L	MA	ME	G	V	L	MA	ME	G	V	L	MA	ME	G	V	L
2	3		7	8	9	10	13	14	15	16	17	20	21	22	23	24	27	28	29	30	31	
		3	4	5	6	7	10	11	12	13	14	17	18	19	20	21	24	25	26	27	28	
		3	4	5	6	7	10	11	12	13	14	17	18	19	20	21	24	25	26	27	28	31
8	4	7	8	9	10	11	14	15	16	17	18		22	23	24		28	29	30			
	2	5	6	7	8	9	12	13	14	15	16	19	20	21	22	23	26	27	28	29	30	
			3	4	5	6	9	10	11	12	13	16	17	18	19	20	23	24	25	26	27	30
	4	7	8	9	10	11	14	15	16	17	18	21	22	23	24	25	28	29	30	31		
	1	4	5	6	7	8	11	12	13	14		18	19	20	21	22	25	26	27	28	29	
4	5	8	9	10	11	12	15	16	17	18	19	22	23	24	25	26	29	30				
2	3	6	7	8	9	10	13	14	15	16	17	20	21	22	23	24	27	28	29	30	31	
5	7	10	11	12	13	14	17	18	19	20	21	24	25	26	27	28						
4	5		9	10	11	12	15	16	17	18	19	22	23	24			29	30	31			

il modulo

SORRENTO

Via degli Aranci, 33/d

Tel. 081.878.5697

info@ilmodulosorrento.it

www.ilmodulosorrento.it

I saldi invernali sono arrivati e dopo il primo assalto manca sicuramente ancora qualche cosa nel vostro guardaroba! Piccoli accessori o capi must have della stagione non importa, ecco cosa non potete farvi sfuggire durante i saldi!



PANTONE®
18-3224 TCX
Radiant Orchid

Finalmente i saldi: **COSA COMPRARE?**

Qualunque sia il capo che avete deciso di cominciare a cercare, anticipate tutti e cercate di comprarlo del **colore che dominerà il guardaroba nel 2014, il Radiant Orchid.**

Camicette, gonne o vestiti di questo colore saranno i veri protagonisti della prossima stagione, se riuscite a trovarne in sconto sarete decisamente avvantaggiate! Immane la scelta durante i saldi di un nuovo e caldo **cappotto che quest'anno deve essere rigorosamente oversized.** Quando acquistate il cappotto scegliete anche una calda e avvolgente sciarpa di lana da abbinare e sarete pronte ad affrontare i mesi più freddi dell'anno. Se volete prendere un capo più originale, ma di gran tendenza scegliete una cappa, perfetta in grigio o in color cammello: donerà ad

ogni vostro outfit un tocco di ineguagliabile eleganza.

Aggiungete alla vostra lista anche una gonna: il modello a tubino è un classico intramontabile che non può mai mancare in nessun guardaroba che si rispetti. In alternativa potete optare per una gonna a ruota della lunghezza che preferite: sia la gonna a tubo che quella a ruota sono due capi perfetti in tutte le occasioni e soprattutto decisamente femminili.

Tra le maglie avete ampia scelta: **le felpe sono un vero must have della stagione, ma attenzione al modello!** Devono essere delle felpe con un tocco che le distingua dalle classiche felpe da palestra. In alternativa andate sul classico e scegliete un caldo maglione di lana ampio e avvolgente, anche a dolcevita.

Il colore del 2014?

Per la prossima primavera - estate ha dominato le passerelle di tutto il mondo il Radiant Orchid. Un elegante mix di fucsia, viola e rosa, che ricorda i petali delicati delle orchidee rosa; una nuance che potrà dare un tocco di femminilità e di classe. Si tratta di una tonalità perfetta per giocare con il color block e creare contrasti inaspettati! Il Radiant Orchid vuole comunicare fiducia e gioia, amore e benessere, incoraggiando la creatività e l'originalità. Non sarà facile indossarlo, perché è un colore difficile da abbinare. Ma basterà un pomeriggio di shopping per prendere qualche capo "giusto" e ritornare a essere alla moda.

Indossa una SCIARPA per essere sempre CHIC

La sciarpa è preziosissima per l'inverno e se sapete come indossarla sarà un accessorio davvero fashion!

Naturalmente la sciarpa di lana può essere indossata per il look di tutti giorni o per una serata informale. **Se si sta per affrontare un evento mondano** in cui è richiesta la massima eleganza, dovrete però fare molta attenzione al tessuto prescelto: **è da evitare infatti la classica sciarpa di lana, e preferire stole di seta o pashmina di lana merino.** Sono tutti materiali pregiati e in grado di tenere caldo tanto quanto una comune sciarpa di lana, ma sono indubbiamente più eleganti e sono anche più facili da abbinare ad abiti raffinati: potrete infatti continuare ad indossarle anche senza il cappotto. **In tutte le altre occasioni, la sciarpa di lana è il vero e unico must have per sopravvivere al freddo glaciale dell'inverno:** lunghissima e avvolgente, a tinta unita o fantasia, il segreto per usarla in tutte le occasioni è come indossarla!

Giro moderno: è uno dei modi più semplici e veloci per indossare la sciarpa. Basta infatti fare un giro con la sciarpa intorno al collo e lasciare le due estremità penzolare sul davanti. Allargate il giro per dare più morbidezza e aria alla sciarpa.

Giro a tartaruga: prendete la sciarpa e arrotolatela tutta intorno al collo. In questo caso il giro dovrà essere stretto e aderente al collo. Nascondete poi i due lacci all'interno del giro di sciarpa. Perfetto per i giorni più freddi, in cui nemmeno un fiocco di neve riuscirà ad arrivare al vostro delicato collo!

Giro lanciato: il più classico dei modi per mettersi una sciarpa, più veloce ma sempre chic. Adagiate la sciarpa sul collo e lanciate una delle estremità sulle spalla, coprendo così il collo.

Il nono all'europea: piegate in due la sciarpa, appoggiatela sul collo e infilate le due estremità nel buco che si è creato nella piega della sciarpa. Sistemate la parte che tiene ferma le due estremità al centro et voilà!

Se si tratta di una sciarpa particolarmente lunga, avvolgetela intorno al collo ma lasciate anche ben visibili le due lunghe estremità ed evidenziatele magari con un spilla.

La magica AURORA BOREALE in Svezia

La Svezia settentrionale è un luogo ideale per l'osservazione dell'Aurora; è quella che dal punto di vista climatologico garantisce il numero maggiore di notti serene in tutta la regione scandinava. Ragione di questo microclima particolare è la presenza delle Alpi norvegesi, che ad ovest fungono da barriera che blocca l'umidità del mare, e spesso mentre in Norvegia una coltre di nubi impedisce la visione del cielo, qui si possono ammirare delle magnifiche stellate, durante il lungo inverno del nord.

Una tappa obbligata è Abisko in quanto qui il fenomeno dell'inquinamento luminoso è del tutto assente. Da Abisko bisogna salire ai 900 metri del monte Nuolja, grazie all'apposita seggiovia, dove è stata costruita l'Aurora Sky Station, una specie di rifugio attrezzato, specializzato ad accogliere gli appassionati del cielo che vogliono vedere e fotografare l'Aurora boreale. La stazione è aperta tutti i giorni dalle 21 all'una di notte, il costo della visita libera è di circa 78 euro,

ma il sito offre anche visite guidate con esperti che potranno darvi i migliori consigli su come fotografare l'aurora boreale. Volendo si può pernottare in uno spazio comune, portandosi il proprio sacco a pelo.

FOTOGRAFARE L'AURORA

Quando salite all'Aurora Sky Station per fotografare l'aurora, è necessario tenere conto dei seguenti punti fondamentali: sicuramente un abbigliamento adeguato. L'altitudine e i cieli sereni fanno precipitare le temperature a valori

Quest'anno...

tra gennaio e febbraio è previsto il massimo del ciclo solare, e quindi si preannunciano delle intense aurore boreali. Infine per rendere la vostra esperienza artica veramente indimenticabile, potete soggiornare all'ICE HOTEL di Jukkasjärvi che rimane a circa un quarto d'ora di auto da Kiruna. Qui con regolarità, dalla fine degli anni '80, viene eretto un hotel di ghiaccio che offre 65 camere, tra cui alcune "Northern light suites" perfette per chi vuole unire la visione dell'Aurora al comfort di un hotel. La struttura comunque dispone di una terrazza apposita per poter vedere e fotografare l'Aurora Boreale.

decisamente negativi, è necessario un abbigliamento tecnico, e a più strati per meglio regolare la propria temperatura, specie in casodi vento. Se non si indossano dai capi sufficientemente caldi, si pregiudica alla fine l'esito di tutta la spedizione! **Fondamentale è avere con se un treppiede**, il più robusto possibile, e una macchina fotografica capace di lavorare a temperature inferiori ai 10°C. Il consiglio è quello di avere con se una reflex, più facilmente manovrabile con i guanti, e che fornisce maggiore garanzia sulla durata delle batterie. Proprio per il freddo **è necessario avere batterie di scorta**, pena trovarsi senza energia nel momento topico! Se potete regolare esposizione e sensibilità, cercate di fare tempi compresi tra i 2 e 15 secondi, e sensibilità a 800 ISO. Ovviamente i valori dipendono dalla luminosità del vostro obiettivo, dallo stato del cielo, e dall'intensità dell'Aurora. Con una forte luce lunare i tempi vanno mantenuti su valori più brevi. La Luna dà il vantaggio di illuminare il paesaggio, rendendo più spettacolare la fotografia, ma **cercate di evitare le notti che vanno dal quattro giorni prima a 4 giorni dopo la luna piena, quando il troppo chiarore rende anche meno spettacolare la stessa Aurora!** Coloro che desiderano, invece, un viaggio ancora più spettacolare possono programmare il periodo di vacanza in coincidenza con i voli programmati allo Space port Sweden di Kiruna: qui si

organizzano degli voli notturni per ammirare in maniera unica l'aurora boreale. Sicuramente un pochino più costosi, ma che permettono di ammirare il fenomeno da una prospettiva unica, al di sopra delle nuvole. Si utilizza un aereo Jetstream32 con 12 posti a disposizione.





oro  convert[®]

"il" compro oro

compro
ORO
argento



+

=



oro  convert[®]
"il" compro oro

da oggi puoi anche
acquistare fantastici
gioielli a prezzi eccezionali

PIANO DI SORRENTO
Corso Italia, 83
di fronte ai Carabinieri



AUTO, TUTTE LE NOVITÀ *che vedremo nel 2014*

Una cosa è certa, il 2014 verrà ricordato come uno degli anni più ricchi di novità automobilistiche, pronte a fare il loro debutto sotto i riflettori dei saloni internazionali o direttamente nelle concessionarie.

ITALIANE E ITALOAMERICANE

Tra le novità auto italiane troviamo in primo luogo la Fiat 500X, accompagnata dalla sua gemella Jeep prodotta

sempre a Melfi, e da un'altra Made in Italy di prestigio come la Maserati Levante, SUV di lusso che festeggia i 100 anni della Casa del tridente. Novità potrebbero arrivarne anche dal marchio Lancia, con la Flavia che potrebbe essere realizzata sulla base della nuova Chrysler 200 al debutto a Detroit 2014. Probabile anche il lancio dell'Alfa Romeo 4C Spider, mentre per la tanto attesa Alfa Romeo Giulia bisognerà attendere almeno

fino al 2015. Alla Lamborghini LP 610-4 Huracán invece il compito di spostare un po' più in alto i limiti delle supercar, con tanta tecnologia, stile e prestazioni da capogiro. Non dimentichiamo poi che il 2014 sarà l'anno in cui la Ferrari si confronterà sul suo ristretto mercato delle hypercar con la Porsche 918 Spyder e con la McLaren P1. Anche la Jeep, ora di proprietà totalmente italiana, si confronterà nel 2014 con la concorrenza eu-

GLOSSARIO

ASR

Sistema composto da sensori di rotazione sulle ruote collegati a una centralina elettronica che a sua volta è connessa con le centraline del motore e dell'impianto frenante. Impedisce che le

A

ruote motrici slittino durante le accelerazioni. Interviene frenando la ruota che sta iniziando a pattinare e, se ciò non basta, agendo sull'alimentazione o sull'accensione in modo da ridurre la coppia motrice prodotta dal motore. Sviluppato dalla Bosch nel 1987, sfrutta i sen-

sori dell'ABS per verificare la tendenza di una ruota motrice a girare a vuoto in accelerazione. Negli ultimi anni l'ASR ha beneficiato della rapida diffusione dell'ESP, cioè del sistema elettronico di controllo della stabilità, di cui costituisce un componente fondamentale.

ropea delle SUV con la nuova Cherokee.

GRUPPO VOLKSWAGEN

Il colosso di Wolfsburg è pronto a sfoderare le elettriche VW e-up!, e-Golf, la nuova Passat attesa per il Salone di Parigi, la Sportsvan, la nuova Audi A4 a Ginevra, l'elettrica Audi A3 e-tron e un'anteprima della futura Audi Q1 per Detroit. Sul fronte Porsche sono invece attese la 911 Targa, la Cayenne restyling e le versioni GTS di Boxster e Cayman, oltre al lancio commerciale della compatta Macan.

VIVACITÀ TEDESCA

Il gruppo BMW, oltre a puntare sulla nuova MINI, è pronta a presentare al grande pubblico la BMW Active Tourer, ovvero la prima 5 porte a trazione anteriore della sua storia, ma anche le BMW M3 Berlina ed M4 Coupé, la nuova Serie 4 Cabrio, la Serie 2, le appena commercializzate i3 e i8 e

la SUV sportiva X4 attesa in versione di serie a Detroit. Mercedes attacca il mercato dei SUV-crossover compatti premium, mentre con la nuova Classe C vuole tornare ad occupare una nicchia strategica del mercato. La rinnovata Classe S si riprende nel 2014 il ruolo di ammiraglia regina, mentre la piccola e nuova smart sviluppata assieme alla Renault Twingo dovrà confermare i successi delle serie precedenti. Dalla sua la Opel si appresta a rinnovare l'Antara e ad espandere la gamma dei motori.

IL RESTO D'EUROPA

Renault segnerà la storia automobilista del 2014 anche con l'erede "crossover" della Espace, anticipata dalla Initiale Paris e con restyling della gamma Megane e di Koleos. Citroen ha pronta la C4 Cactus che si preannuncia come la rinascita dell'auto essenziale e senza fronzoli, in puro stile 2CV. Altrettanto attesa è la nuova Citroen C5, come anche

la piccola C1 rinnovata assieme alle gemelle Toyota Aygo e Peugeot 108; dal lato Peugeot del gruppo PSA è invece attesa la 308 familiare e un profondo restyling di tutta la gamma 508. Dal Regno Unito la lista di novità arriva da Jaguar Land Rover, con il lancio della bellissima Jaguar F Type Coupé, di un'inedita berlina media premium del Giaguaro, delle Range Rover ibride della nuova Land Rover Freelander. Dalla Svezia è invece attesa la nuova Volvo XC90.

NOVITÀ GIAPPONESI

La Nissan Qashqai, crossover prodotta a Sunderland, nel Regno Unito, si appresta a bissare il successo epocale della prima serie e lo fa spalleggiata dalla nuova Nissan X-Trail che ha uno stile altrettanto moderno. La Infiniti Q50 offre poi a Nissan uno sbocco nel segmento delle medie di lusso, la Q30 in quello compatto, mentre la sigla sportiva Nismo è pronta ad affiancarsi ai modelli più performanti di Nissan GT-R e 370Z. La Toyota prepara il restyling della Yaris, il lancio della nuova Land Cruiser e la coupé Lexus RC, anche in versione sportiva F. Honda è invece alle prese con la nuova Jazz, la commercializzazione della CivicTourer e il lancio dell'Urban SUV Vezel, seguita da Mitsubishi con le vendite europee dell'Outlander PHEV, da Subaru con la nuova WRX, dalla Mazda3 e Mazda 6 Coupé e dalla Suzuki che in un colpo solo sostituisce la Alto e la Grand Vitara.



PATENTE AUTO

le regole del rinnovo sono cambiate

Dal 2014 non si può più applicare l'etichetta adesiva con la nuova scadenza, ma deve essere stampata una nuova patente, tipo carta di credito. Lo ha deciso il ministero delle Infrastrutture e dei Trasporti con un decreto del 16 ottobre, pubblicato qualche giorno fa in Gazzetta Ufficiale e che entra in vigore il 9 gennaio. Per consentire gli adeguamenti del caso e l'aggiornamento delle strutture mediche sono stati fissati 20 giorni di tolleranza. A ogni rinnovo patente, ne arriverà a casa una nuova di zecca, plastificata, con un formato uniforme europeo e una maggiore protezione della sicurezza. L'obiettivo dell'Unione europea (che ha imposto questa regola agli Stati membri) è soprattutto evitare la contraffazione delle patenti, e quindi aumentare la sicurezza stradale. In questo modo, non si avranno più patenti con fotografie ormai quasi inutili al fine del riconoscimento del guidatore, perché scattate quando si avevano appena 18 anni. Inoltre, al massimo entro 10 anni tutti gli automobilisti dovranno uniformarsi a questo unico modello con foto

sempre aggiornata e recente (nonostante sia in bianco e nero). Il rinnovo avverrà via internet. Dopo la visita, il medico confermerà la validità della patente per via telematica, attraverso il Portale dell'automobilista (a cui accederà inserendo credenziali e pin), indicando eventuali prescrizioni mediche o adattamenti al veicolo. Contestualmente, al guidatore verrà rilasciata dal medico una ricevuta che sostituirà la patente per un massimo di 60 giorni, in modo da dare il tempo alla Motorizzazione di stampare e inviare un nuovo documento, con la foto del titolare aggiornata, all'indirizzo di residenza del titolare. Il giorno successivo, la Motorizzazione darà corso alla stampa della nuova patente che verrà recapitata al titolare ovunque questi desideri riceverla. Questa procedura prevede la consegna al cittadino nei 7 giorni successivi alla visita medica con posta assicurata. La procedura di recapito sarà completamente tracciabile con informazioni disponibili 24 ore su 24 attraverso un servizio di assistenza telefonica con numero verde.

AUTO&CO { 49 }

...IN PRATICA

COME SI GUIDA SULLA NEVE

Guidare bene sulla neve è una questione di esperienza, prudenza, buon senso. La sicurezza di marcia su una strada imbiancata, però, è anche il risultato dell'atteggiamento psicologico di chi sta al volante: non bisogna né sopravvalutarsi, né affidarsi troppo alle qualità dell'auto. E nemmeno farsi prendere dal panico, perché altrimenti anche in città esistono situazioni - un sottopasso o la rampa di un parcheggio - che potrebbero impedirvi di proseguire e renderci così d'intralcio alla circolazione, con conseguenti gravi di-

sagi.

Una delle regole d'oro per guidare sulla neve è quella di azionare i comandi con dolcezza. Le manovre sui freni, sullo sterzo e sull'acceleratore, infatti, determinano sostanzialmente lo spostamento del peso sulle ruote dell'auto e, come diretta conseguenza, la capacità di quest'ultime di "fare presa" sul terreno. Ovviamente anche l'eccesso di velocità, in generale, è la causa di una perdita di controllo sulla neve, anche se si dispone di pneumatici invernali o di trazione integrale.

1 Cercate di evitare le strade in forte pendenza.

2 Se avete più di un'auto scegliete quella più piccola e leggera, perché anche grazie alle gomme più strette vi troverete meno in difficoltà.

3 Per partire può essere utile disinserire il controllo elettronico di trazione e far slittare le ruote, perché l'attrito neve su neve è superiore a quello tra gomma e neve.



KIDS corner

CRUCIPUZZLE

Chi sono questi che hanno il nome così complicato?



mischia

chiodi

liscio

scivolo

uscio

orchi

scintilla

sciarpa

macchia

ascia

chioma

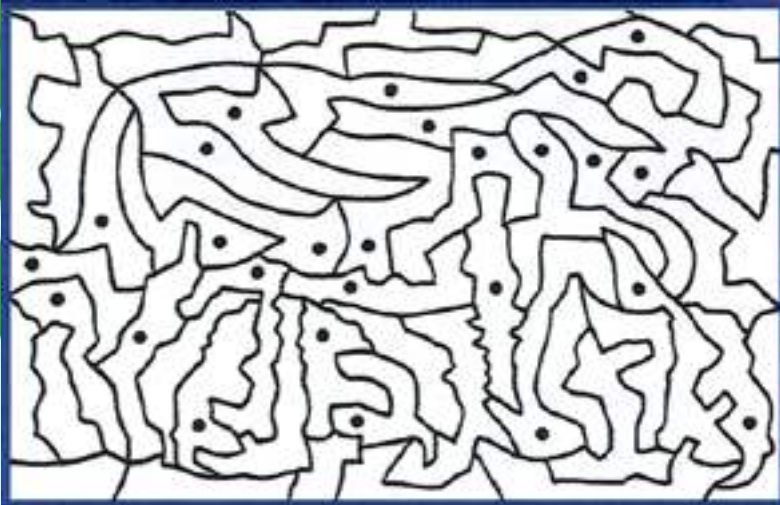
coscia

occhio

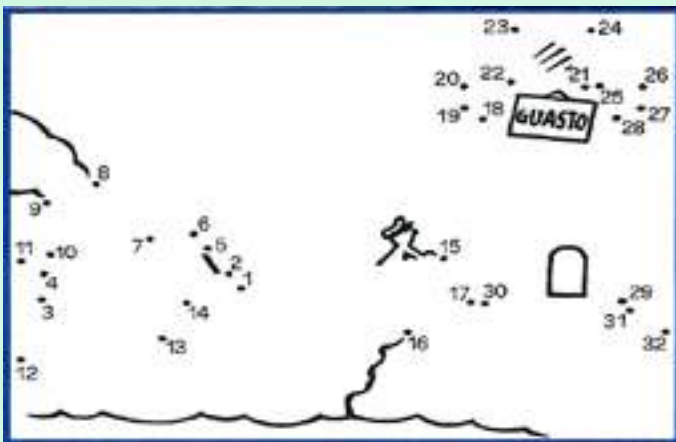
muschi

sciocchi

COLORA GLI SPAZI CON I PUNTINI



UNISCI I PUNTINI



TROVA LE PAROLE NASCOSTE



C	A	S	A
Q	P	T	H
M	E	L	A



O	P	L	P
C	A	N	E
A	N	G	R
H	E	U	A



BOTTI VUOTE E BOTTI PIENE

Ci sono sei botti: tre sono piene (scure) e tre sono vuote (chiare). Le sei botti sono allineate come nella figura: prima le tre piene e poi le tre vuote. Come si può fare in modo che ogni botte piena sia vicina solo a botti vuote toccando o muovendo solo una botte?

Soluzione: Si prende la seconda botte piena e se ne versa il contenuto nella seconda botte vuota.

TECNOAMBIENTE

Benessere in valore assoluto.



su Youtube clicca:
tecnambiente benessere

www.tecnoambienteluxurypools.com

LABIRINTO

Aiuta il bambino a raggiungere i suoi giochi



SUDOKU

	1		
	2		3
	3	4	1
1			

B			
		D	
	C		
			A

4			1
2		4	
1			
	2		

IL PEZZO GIUSTO

Collega con una freccia le parti giuste



IL GRANDE MATCH

Regia di Peter Segal. Con Sylvester Stallone, Robert De Niro, Jon Bernthal, Kim Basinger, Kevin Hart. Genere Commedia, produzione USA, 2013. Durata 113 minuti circa. **Da giovedì 9 gennaio 2014 al cinema.**

De Niro e Stallone interpretano Billy "The Kid" McDonnen e Henry "Razor" Sharp, due pugili locali di Pittsburgh, la cui feroce rivalità li ha messi sotto i riflettori nazionali. Ognuno ha ottenuto una vittoria contro l'altro durante il loro periodo di massimo splendore, ma nel 1983, alla vigilia del loro terzo e deciso incontro, Razor improvvisamente ha annunciato il suo ritiro, rifiutando di spiegare il perché, e mettendo a segno un knock-out che ha chiuso le

loro carriere. Trent'anni dopo, il promoter di pugilato Dante Slate Jr., pensando a un gran ritorno economico, gli fa un'offerta che non possono rifiutare: rientrare sul ring e regolare i conti una volta per tutte. Ma forse non dovranno aspettare così a lungo per il loro primo incontro, dopo decenni, il loro rapporto da tempo deteriorato scatena una mischia involontariamente esilarante che finisce immediatamente in rete. L'improvvisa frenesia dei social media trasforma il loro match locale in un evento imperdibile



sulla HBO. Ora, se riusciranno a sopravvivere all'allenamento, potranno realmente vivere per combattere di nuovo.

Cinema

i **FILM** del mese
di **GENNAIO**

IL CAPITALE UMANO



Regia di Paolo Virzì. Con Valeria Bruni Tedeschi, Fabrizio Bentivoglio, Valeria Golino, Fabrizio Gifuni, Luigi Lo Cascio. Genere Thriller, produzione Italia, 2014. Durata 109 minuti circa. **Da giovedì 9 gennaio 2014 al cinema.**

In un paesotto della Brianza che finisce in "ate", eretto alle pendici di una collina una volta incredibilmente boscosa, un cameriere da catering neanche più giovane, torna a casa a notte fonda con la sua bicicletta, chiuso tra il gelido freddo di una

curva cieca e il sopravanzare spavaldo e sparato di un SUV che lo schiaccia lasciandolo agonizzante, vittima predestinata di un pirata anonimo. Il giorno dopo, la vita di due famiglie diversamente dislocate nella scala sociale brianzola viene toccata da questo evento notturno in un lento affiorare di indizi e dettagli che sembrano coinvolgere il rampollo di quella più ricca, assisa nella villa che sovrasta il paese, e la figlia dell'altra, piccolo borghese con aspirazioni di ribalta.

STABIA

infissi

di D'Apice Antonio



Lavorazioni di infissi
infissi in alluminio anodizzato - legno alluminio
zanzariere - persiane in alluminio - tapparelle
porte interne - porte blindate - tende da sole
ristrutturazione appartamenti

Via Napoli, 186 - C.mare di Stabia (NA)
tel. 081.8713907 - cell. 347.7663621



Ristorante - Pizzeria

VIA CASARLANDO, 19
SORRENTO

TEL. 081.533.97.82

WWW.ILTIRABUSCIOSORRENTO.COM

SI ORGANIZZANO
feste private,
battesimi,
comunioni, ecc.

FESTE DI
COMPLEANNO
a partire da 1200 €
per 100 persone
TUTTO COMPRESO



SEGUICI SU:



THE WOLF OF WALL STREET

Regia di Martin Scorsese. Con Leonardo Di Caprio, Jonah Hill, Matthew McConaughey, Jon Bernthal, Cristin Milioti. Genere Biografico, produzione USA, 2013. Durata 179 minuti circa. Da giovedì 23 gennaio 2014 al cinema.

La storia di Jordan Belfort, che fondò una delle prime e più grandi società di brokeraggio nel 1987 e che fu allontanato dalle attività di sicurezza per tutta la vita dal 1994, finendo successivamente in carcere per frode e riciclaggio di denaro sporco. Tratto dal film autobiografico del protagonista, il film segna la quinta collaborazione tra Leonardo Di Caprio e il premio Oscar Martin Scorsese.

LAST VEGAS

Regia di Jon Turteltaub. Con Robert De Niro, Morgan Freeman, Michael Douglas, Mary Steenburgen, Kevin Kline. Genere Commedia, produzione USA, 2013. Da giovedì 23 gennaio 2014 al cinema.

I quattro amici pensionati Billy, Paddy, Archie e Sam si conoscono da sempre; in occasione dell'addio al celibato di Billy, l'incallito scapolo del gruppo che ha finalmente deciso di sposare la sua compagna (ovviamente molto più giovane di lui), partono per Las Vegas con il proposito di rivivere i loro giorni di gloria, dimenticandosi della loro vera età. Ben presto però i quattro si renderanno conto che la Città del

peccato è molto cambiata da quella che ricordavano e che la loro amicizia non è poi così solida come credevano. Torneranno i nostri attempati eroi a farla da padroni in quello che un tempo era stato il loro regno?



SAPORE DI TE

Regia di Carlo Vanzina. Con Vincenzo Salemme, Serena Autieri, Maurizio Mattioli, Nancy Brilli, Giorgio Pasotti. Genere Commedia, produzione Italia, 2014. Durata 101 minuti circa. Da giovedì 9 gennaio 2014 al cinema.

Un divertente romanzo sentimentale sull'amicizia, l'amore, il successo, il destino. I protagonisti di questa storia che si svolge in due estati, quelle del 1984 e del 1985, sono tanti. Ci sono Luca e Chicco, due compagni d'università, che si innamorano della stessa ragazza. C'è Anna, che sta per laurearsi e che incontra Armando, uno Steve McQueen di provincia che gli rapisce il

cuore. C'è la famiglia Proietti, con Alberto, tifoso romanista, sua moglie Elena e la loro figlia diciassettenne Sabrina, oggetto delle attenzioni di Luca e Chicco. C'è l'Onorevole De Marco, un simpatico socialista napoletano travolto dalla passione per la sentimentale e ingenua Susy, una giovane soubrette di "Drive In". Intorno a loro un mosaico di caratteri tipici di quell'epoca: il bagnino che seduce le giovani straniere, la compagna della spiaggia dei ragazzi sempre pronti a scherzi goliardici e a scappatelle sentimentali, e i genitori che rimpiangono gli anni '60.



A SPASSO CON I DINOSAURI

Regia di Neil Nightingale, Pierre De Lespinois. Con Charlie Rowe, Angourie Rice, John Leguizamo, Justin Long, Tiya Sircar. Genere Animazione, produzione Gran Bretagna, USA, Australia, 2013. **Da giovedì 23 gennaio 2014 al cinema.**

Due fratelli cercano di seguire le orme del padre, fino a giungere ad una temibile resa dei conti con i dinosauri nella regione artica del nord. Per la prima volta nella storia del cinema, il pubblico è veramente c a t a p u l t a t o in un'altra dimensione, per vedere e sentire



com'era il mondo quando i dinosauri dominavano la Terra. Walking with Dinosaurs è un'esperienza incredibile che utilizza l'arte della grafica 3D per mettere il pubblico al centro di un mondo preistorico emozionante ed epico.

CINEMA { 57 }

PEPPA, VACANZE AL SOLE E ALTRE STORIE

Regia di Philip Hall, Joris Van Hulzen. Genere Animazione per bambini, produzione, 2014. Durata

50 minuti circa.

Da sabato 11 gennaio 2014 al cinema.

"Peppa, vacanze al sole ed altre storie" presenta per la prima volta al cinema, dieci episodi della sesta serie, ognuno di 5 minuti per una durata complessiva di 50 minuti. Peppa Pig è una maialina di quattro anni che vive in un piccolo paese britannico con la sua famiglia: la madre, Mamma Pig, il padre, Papà Pig, e il fratellino George di due anni. Poi ci sono Nonno e Nonna Pig e una serie di amici di altre specie animali: Susy Pecora, Rebecca Coniglio, Danny Cane, Pedro Pony, Emily Elefante e così via. La vita della famiglia ricalca la realtà dei bambini e dei genitori: i piccoli vanno all'asilo, fanno gite nel bosco o feste di compleanno, il papà di Peppa cucina per tutti, la mamma lavora da casa e vivono in una società multietnica.



BELLE & SÉBASTIEN

Regia di Nicolas Vanier. Con Félix Bossuet, Tchêky Karyo, Margaux Châtelier, Dimitri Storoge. Genere Avventura, produzione Francia, 2013. Durata 98 minuti circa. **Da giovedì 30 gennaio 2014 al cinema.**

Durante la seconda guerra mondiale, nel villaggio alpino del piccolo Sébastien si scatena una caccia alla bestia pericolosa ritenuta responsabile delle stragi di pecore. Uomini armati di fucile, tra cui lo stesso César, che fa da nonno a Sébastien, sembrano non pensare ad altro che a volerla catturare e sopprimere. Ma il bambino ha conosciuto la bestia da vicino,

sa che non ha ucciso lei le pecore e che si tratta solo di un dolcissimo Pastore dei Pirenei, in fuga da un padrone violento.

Riuscirà il piccolo Sébastien a mettere in salvo la sua nuova amica, la gigantesca Belle?





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

SORRENTO, centrale, tranquillo, signorile, rinnovato: ingessino, soggiorno, 2 camere, studio, cucina, doppi servizi, veranda, terrazzo, giardino attrezzato. Rif. A419 a.c.e/G



SORRENTO, centralissimo, signorile, in parco attrezzato con piscina, appartamento panoramico: ingresso, soggiorno con terrazzino, 2 ampie camere, cucina con ampia balconata, bagno, cameretta con bagno, cantinola, parcheggio. Rif. A 454 (a.c.e./G)

SORRENTO, prossimità Capo, panoramicissima sul Golfo, signorile mansarda finemente ristrutturata, in trifamiliare, composta da: ampio salone-cucina, 2 camere, doppi servizi, terrazzino panoramico, posto auto coperto. Rif. A339 a.c.e/G

SORRENTO, mezza collina, nella frazione di Priora, ben servita dai mezzi pubblici, in contesto signorile, con bella vista sulla Penisola

e sul Golfo di Napoli, vendesi villa a schiera di bifamiliare, di oltre 160 mq. coperti complessivi, con circostante giardino di circa 600mq., ingresso carrabile ed autonomo. Completamente da rinnovare. Rif. V587 A.C.E./G

SORRENTO, Priora, appartamento panoramico: ingresso-disimpegno, soggiorno, 2 camere, cucina abitabile, doppi servizi, balconata. Rif. A476 a.c.e/G

SANT'AGNELLO, centrale, C.so Italia, moderno, tranquillo: ingresso, soggiorno, 2 camere, cucina, bagno, grande terrazzo a livello mq.70. Rif.A351 a.c.e./G

SANT'AGNELLO, a pochi metri dal mare, in caratteristico e signorile fabbricato d'epoca, appartamento bilivelli: soggiorno con angolo cottura, 2 camere, doppi servizi. Rif. A384 a.c.e/G

SANT'AGNELLO, collina, tranquillo, ottima esposizione, vista mare, antico fabbricato semi-ristrutturato, bilivelli, divisibile, mq.160 coperti, terrazza, cortile, giardino. Rif. V602 a.c.e/G

SANT'AGNELLO, mezza collina, piccolo fabbricato d'epoca panoramico, da ristrutturare, su 3 livelli, doppio ingresso, mq. 115 coperti, terrazzino mq. 14. Rif. V691 (a.c.e./G)

SANT'AGNELLO, a breve distanza dal centro, vendesi grazioso, caratteristico,

appartamento d'epoca composto da: soggiorno, cucinotto, camera matrimoniale, 2 camere singole, doppi servizi, balconata, terrazzino. Rif. A414 a.c.e./G



PIANO DI SORRENTO, collina, in parco-castello signorile, appartamento semindipendente: soggiorno con a.k., 2 camere, camera in ammezzato, bagno, terrazzo, parcheggio.

Rif. A452 a.c.e/G

PIANO DI SORRENTO, sulla collina, in tranquillo contesto residenziale, comodo accesso, vendesi casa a schiera su tre livelli, composta da: 1°liv., ampia taverna con camino, studio, bagno e garage; 2°liv., salone, cucinotto, bagno e terrazzi; 3°liv., 3 camere, doppi servizi. Rif. V636 a.c.e/G

META, prossimità stazione, soleggiato, tranquillo, nel verde, casa

bilivelli mq 170, giardino mq 600. Rif. V 681 a.c.e/G

POSITANO, tranquillo, moderno, signorile, panoramico: soggiorno con angolo cottura, camera con bagno, cameretta con bagno, 2 terrazze panoramiche, p. auto, piscina. Rif. A438 a.c.e/G

MASSA LUBRENSE sul mare, grazioso rifinito panoramico appartamento mq.32: camera con angolo cottura, zona notte, bagno, comodo deposito mq.32. Rif. A465 a.c.e/G



MASSA LUBRENSE, collina, panoramico, signorile, soleggiato, semindipendente: soggiorno, 2 camere, pluricessorio, terrazze attrezzate, giardino,dependance, camera, bagno, cucina estiva. Ampio e comodo parcheggio chiuso privato. Rif.A464 a.c.e/G

MASSA LUBRENSE, centro, intorno piccolo fabbricato 2 unità abita-

tive, ampio garage e cantina. Rif. V690 a.c.e/G

MASSA LUBRENSE, a breve distanza dal centro di S.Agata, panoramica vista mare, porzione indipendente terra-cielo di antico fabbricato, costituito da soggiorno con caminetto, sala pranzo, cucinotto, camera matrimoniale, due camere, tripli servizi, ampio locale taverna con terrazzo coperto, ampio giardino curato, parcheggio, accessibile con auto di medie dimensioni. Rif.V613 a.c.e/G

VICO EQUENSE, a pochi minuti dal centro, in piccolo fabbricato, vendesi appartamento composto da: ingresso, salottino, due camere, cucina, bagno e balconata. Parcheggio condominiale. Rif.A467 a.c.e./G

VICO EQUENSE, Seiano, su investimento 2 graziosi monolocali panoramici, ciascuno composto da: soggiorno-cucina, bagno, comodo soppalco. Rif. A 475 a.c.e/G

LOCALI E CESSIONI

SORRENTO E PENISOLA

PIANO DI SORRENTO, su investimento, vendesi negozio locato sul C.so Italia, buona rendita. Rif. D728 a.c.e/G

SORRENTO, via degli Aranci, vendesi negozio mq. 20 frontestrada. Rif. D727 a.c.e./G

CHIAMATE PER LOCAZIONI 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 TECNICHE LEGALI - MUTUI
Sede legale: Via Campo di Termini 6 - 80061 Massa Lubrense (NA) loc. Termini - Fax 081.8085168
Ufficio amministrativo: Corso Sant'Agata n. 61 / N - Tel 081.8780925 - Fax 081.8085154
80061 Massa Lubrense (Na) Loc. Sant'Agata sui due Golfi
E-Mail: ilmelograno73@libero.it - Cell. +39.3336616264

VENDITE

Massa Lubrense - S.Agata sui due Golfi- A poca distanza dal centro villino indipendente su due livelli composto da: soggiorno con cucina a vista, 2 camere da letto, 2 bagni, terrazzi a livello e giardino panoramico € 420.000,00 trattabili

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi- zona centrale soluzione semindipendente in fabbricato bifamiliare composta da: ampio soggiorno con cucina a vista, 2 camere da letto, cameretta, 2 bagni, lavanderia, ripostiglio e ampio terrazzo a livello di circa mq. 50, ottima esposizione € 435.000,00 trattabili

Massa Lubrense - S.Agata sui due Golfi- appartamento al piano primo di circa mq. 110 (anche frazionabile) composto da: ingresso-disimpegno, ampio soggiorno con terrazzo a livello, 2 camere da letto, 2 bagni, cucina, ampia balconata, piccolo cortile con accesso indipendente e box auto non pertinenziale di circa mq. 25 € 520.000,00 trattabili (da rinnovare)

Massa Lubrense - S.Agata sui due Golfi- centralissimo- Attico in palazzo d'epoca di circa mq. 80 composto da: soggiorno con camino, 2 camere da letto, bagno, cucina abitabile, ripostiglio, terrazzo a livello panoramico,

terrazzo di copertura attrezzato con vista diretta sull'isola di Capri, completamente ristrutturato con finiture di pregio € 390.000,00 trattabili

Massa Lubrense - S.Agata sui due Golfi- appartamento al piano terra di circa mq.50 composto da: soggiorno-cucina, camera, ripostiglio e bagno € 140.000,00 da ristrutturare.

Massa Lubrense - Monticchio- soluzione indipendente di circa mq. 100 composta da: ampio soggiorno, cucina abitabile, 2 camere da letto, 1 camera, 2 bagni balconata panoramica, ampio spazio esterno pavimentato e tre posti auto. Completamente e finemente ristrutturata, e termoautonoma € 480.000,00 trattabili

Massa Lubrense - S.Agata sui due Golfi- zona centrale appartamento al piano terra di circa mq. 90 con ampio spazio esterno, da rinnovare € 360.000,00 trattabili

LOCAZIONI

Massa Lubrense - S.Agata sui due Golfi- appartamento al terzo piano senza ascensore composto da: ampio soggiorno con camino, cucina abitabile, lavanderia, 2 camere da letto, bagno, ampia balconata e box auto (2 auto). Contratto regolare

€ 700,00 trattabili mensili

Massa Lubrense - Pastena- soluzione semindipendente composta da: ampio soggiorno, cucina abitabile, camera da letto, 2 bagni, cortile e posto auto. Contratto regolare € 600,00 mensili rif. 56

Massa Lubrense - Torca- soluzione semindipendente composta da: soggiorno, cucina abitabile, 2 camere da letto, 2 bagni, ripostiglio e ampio terrazzo a livello panoramico. Contratto regolare € 600,00 mensili rif. 06

Massa Lubrense- S.Agata sui due Golfi- centralissima- graziosa soluzione mansardata composta da: ampio soggiorno con angolo cottura, camera da letto, bagno, ripostiglio e ampio terrazzo a livello panoramico di circa mq. 50 € 600,00 mensili contratto regolare. Rif. 64

Massa Lubrense- S.Agata sui due Golfi- grazioso appartamento in piccolo fabbricato composto da: soggiorno con angolo cottura, camera da letto, bagno, lavanderia e box auto. Contratto transitorio € 500,00 mensili rif. 63

Massa Lubrense - Pastena- appartamento al primo piano completamente ristrutturato composto da: ingresso, camera da letto, cameretta, cucina abitabile, lavanderia, bagno, ripostiglio e ampio terrazzo a livello vista Capri

€ 650,00 trattabili contratto regolare rif. 65

Massa Lubrense - S.Agata sui due Golfi- appartamento al terzo piano con ascensore composto da: 2 camere, cucina abitabile, bagno e balconi. Contratto regolare € 600,00 mensili RIF. 61

Massa Lubrense - S.Agata sui due Golfi- soluzione semindipendente composta da: soggiorno, cucina abitabile, camera da letto, cameretta, bagno, terrazzo a livello e posto auto € 550,00 mensili RIF. 69

Massa Lubrense -Monticchio- graziosa soluzione semindipendente composta da: cucina-soggiorno, camera da letto, cameretta, bagno, terrazzo e posto auto. Contratto annuale € 450,00 mensili rif. 70

Massa Lubrense - Pastena- appartamento in villa bifamiliare composto da: soggiorno, cucina abitabile, 2 camere da letto, bagno, cortile e giardino con posto auto. Contratto regolare € 750,00 mensili.

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

Tutti gli immobili sopra descritti hanno "Attestato di prestazione energetica"



...DA NOI LA PIZZA È UN' ARTE!
CAMPIONE EUROPEO DI PIZZA



PIZZA & SFIZI
JHONNY

PIZZERIA - ROSTICCERIA - PIATTI PRONTI



CORSO ITALIA, 256 - SORRENTO - TEL. 0818785773
APERTI A PRANZO E A CENA
consegne a domicilio - sala interna

S
A
T
I
S
F
H
A
I
R



Luca e Tony
hair style



S
A
T
I
S
F
H
A
I
R

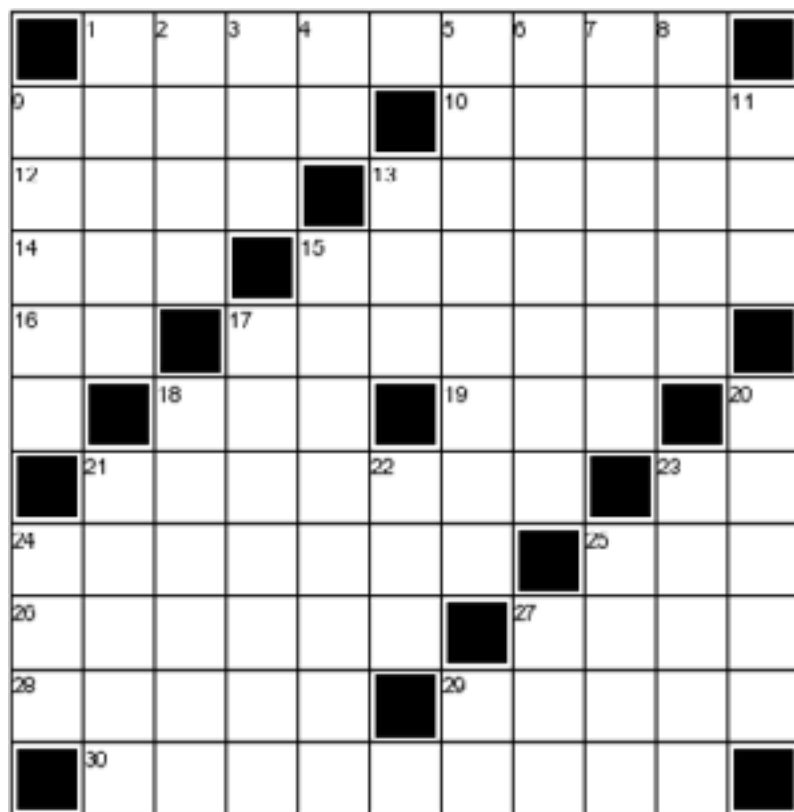
Via Pietà, 17 - Corso Italia, 145 - Sorrento
Tel. 081 878 3476 - 328 30 25 014

lucaetonysatisfhair@gmail.com

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



CRUCIVERBA



Orizzontali

1) aguzzo, appuntito 9) studio' il "profondo" 10) un blando eccitante 12) quello vitreo e' nell'occhio 13) scrisse l'agente segreto 14) sigla internazionale della mauritania 15) cercare di non incontrare 16) cosi' inizia un brindisi 17) ignacio, pittore spagnolo del seicento 18) associazione turistica albergatori 19) il mammucari della tivvù 21) andarsene senza farsi vedere 23) e' quasi una... bici! 24) povera d'intelligenza 25) esclamazione di incredulita' 26) fiume del kazakistan 27) un adolfo del cinema 28) storico dell'arte ungherese 29) genere di piante dicotiledoni della famiglia delle rosacee 30) un medico specialista

Verticali

1) sigla dell'armata italiana stanziata in ruscia 2) geometra in breve 3) il ben di lewis wallace 4) la fine di astrid 5) lo specialista delle malattie dell'orecchio 6) il ritorno sulle scene 7) guardato attentamente 8) un lago lappone 9) astuta 11) era figlio di rea, signore dell'inferno 13) centosei nell'antica roma 15) un tipo di imposte 17) distribuisce gas 18) il ferrante che istitui' gli asili infantili 20) comune in provincia di vicenza 21) un uomo che... rischia 22) nel calendario romano 23) balbuziente, tartaglione 24) questa tronca 25) alban musicista 27) isola della grecia 29) la partenza dello slalom

storiella per riflettere

La ragazza e il pacco di biscotti

Una ragazza stava aspettando il suo volo in una sala d'attesa di un grande aeroporto. Siccome avrebbe dovuto aspettare per molto tempo decise di comprare un libro per ammazzare il tempo. Comprò anche un pacchetto di biscotti, e si sedette nella sala VIP per stare più tranquilla. Accanto a lei c'era la sedia con i biscotti e dall'altro lato un signore che stava leggendo il giornale. Quando lei cominciò a

prendere il primo biscotto, anche l'uomo ne prese uno. Lei si sentì indignata ma non disse nulla e continuò a leggere il suo libro. Tra lei e lei pensò: "Ma tu guarda!... se solo avessi un po' più di coraggio gli avrei già dato un pugno..." Così, ogni volta che lei prendeva un biscotto l'uomo che le sedeva accanto, senza fare un minimo cenno, ne prendeva uno anche lui. Continuarono fino a che non rimase solo un biscotto e la donna pensò: "Adesso voglio proprio vedere cosa mi dice quando saranno finiti tutti!!"

L'uomo prese l'ultimo biscotto e lo divise a metà! "Questo è troppo!" pensò, cominciò a sbuffare e indignata si prese le sue cose, il libro e la borsa e si incamminò verso l'uscita della sala d'attesa. Quando si sentì un po' meglio e la rabbia era passata, si sedette su una sedia lungo il corridoio per non attirare troppo l'attenzione ed evitare altri dispiaceri. Chiuse il libro e aprì la borsa per infilarlo dentro quando... nell'aprire la borsa vide che il pacchetto di biscotti era ancora tutto intero nel suo interno. Sentì tanta vergogna e capì solo allora che

il pacchetto di biscotti uguale al suo era di quell'uomo seduto accanto a lei che però aveva diviso i suoi biscotti con lei senza sentirsi indignato, nervoso o superiore, al contrario di lei che aveva sbuffato e addirittura si era sentita ferita nell'orgoglio.

La morale:

Quante volte nella nostra vita mangeremo o abbiamo mangiato i biscotti di un altro senza saperlo?

Prima di arrivare ad una conclusione affrettata e prima di pensare male delle persone, GUARDA attentamente le cose, molto spesso non sono come sembrano!!!

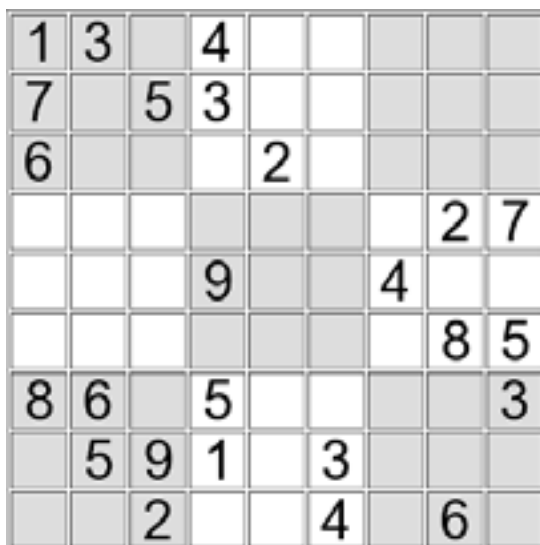
SUDOKU

LIVELLO DIFFICOLTÀ: FACILE



SUDOKU

LIVELLO DIFFICOLTÀ: DIFFICILE



le bugie del re

Un re decise di offrire una fortissima somma di denaro al suddito che gli avesse raccontato una bugia "intelligente".

Davanti al re sfilarono decine e decine di persone, vennero dignitari di corte, prelati e semplici contadini.

Ci fu chi disse di essere stato sulla Luna e chi disse di essere capace di attraversare il fuoco senza bruciarsi. Il re, non soddisfatto da nessuna di

queste bugie, stava quasi per decidere di non dare il premio a nessuno, quando alla fine giunse un contadino poverissimo.

Dopo averlo ascoltato, il re fu costretto a elargirgli il premio promesso.

Cosa disse il povero contadino?

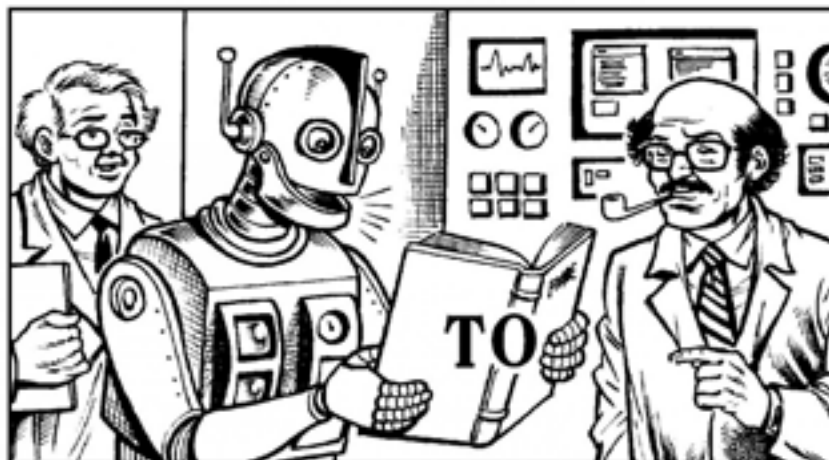
Soluzione: SPOILER

Per risolvere questo indovinello il contadino dovrà dire una bugia che il

Re non potrà smentire. Il contadino disse che il defunto padre del re gli doveva una grandissima somma di denaro.

Così facendo, se il re diceva che questa era una bugia, non potendo dimostrare il contrario, doveva dargli la somma; viceversa, se accettava per vero quanto dettogli, doveva per forza rifondere il suddito della somma dichiarata.

REBUS



REBUS (frase: 7,5)

4 Bit

VENDITA E ASSISTENZA PC

Corso Italia, 317 - Piano di Sorrento
Tel. 081.534.2135

DR MOUSE
assistenza, consulenza, vendita e riparazione

RIDAI VITA AL TUO COMPUTER

Vieni da noi per il tuo:

TAGLIANDO AL PC

Analisi e ottimizzazione del sistema di configurazione e del disco
Pulizia e ottimizzazione del sistema operativo
Sicurezza del sistema operativo e della rete

€ **25**

Notebook HP
AMD E1-1200 - DDR 4GB
HD 320GB - Intel HD
ATI 5610 - SD LINUX

€349

PC Mid Level
Intel E1200 - DDR 4GB
HD 320GB - Intel HD
SD LINUX - USB 3.0

€459

**Samsung
GALAXY S4
EUROPA**

€499

CRUCIPUZZLE

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

LIBO
KITS
ZOOM
BIGO
TURI
ORZI
KIVI
MENS
VIOLE
PIACE
JIHAD

ULITE
TARGA
ENOFILI
BUVETTE
ADULASTI
SPIEGATO
STIMEREI
FLUIRONO
SIMULATI
RIBATTER

Soluzione:



Il sogno

Compri il giornale e, nella pagina di cronaca, leggi il seguente articolo: come ogni domenica il signor Carlo e la signora Franca sono andati a messa. Il signor Carlo era però molto stanco e, complice anche un'omelia poco avvincente, si addormentò. Mentre sua moglie non si accorgeva di niente ed usava il suo ventaglio come parziale rimedio per il

torrido caldo, il signor Carlo iniziò a sognare. Si trovava in Francia, negli anni della Rivoluzione. Le guardie lo inseguivano, fino a raggiungerlo e a portarlo in piazza per giustiziarlo. La ghigliottina era pronta. La lama era pronta a scendere fatalmente sul suo collo. Nel frattempo la signora Franca, seduta accanto a lui, si rese conto che il marito stava

dormendo, chiuse il
ventaglio e il fato volle
che lo usò per dare un
lieve colpo sul collo del
marito proprio mentre
questi sognava che
una tagliente lama lo
stesse per decapitare.
Lo spavento fu tale che
il signor Carlo ebbe un
infarto, e morì all'istante.
Tutto normale o c'è
qualcosa che non va?

SOLUZIONI

Soluzioni:
IL SOGNO: Una cosa che non
va c'è se il signor Carlo è
morto non può raccontare
agli altri cosa ha sognato.
Rebus: Legge robot TO =
Leggero botto
CRUCIPUZZLE: l'ignoranza è
meno dannosa del confuso
sapere

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

481659327
9632271185
571833659469
2349716542
659842731
326798514
195234876
847516293

[illegible]

Questa è la quotazione di Allianz1 che hai richiesto il 10 gennaio 2014.

*abbonati alla serenità**



Allianz1

36,35 € al mese



PERSONA

Persona 1 (15/04/1973, impiegato amministrativo/tecnico con mansioni solo all'interno e senza lavoro manuale, Napoli)

Grandi interventi e malattie gravi	Fino a 200.000,00 euro per il rimborso delle spese mediche sostenute in caso di ricovero dovuto a un grande intervento o a una grave malattia. Sono rimborsate anche le spese mediche sostenute prima e dopo il ricovero	22,04 €
Premorienza	75.000,00 euro a protezione dei tuoi cari in caso di prematura scomparsa che si verifichi nei prossimi 10 anni.	14,31 €

**C'è un abbonamento per tutto,
la palestra, la televisione, il telefono...
ora c'è anche l'abbonamento
ALLA TUA SERENITÀ!**

www.ageallianz/sorrento623

Ti aspettiamo in agenzia.



Agenzia SORRENTO

CORSO ITALIA 220, 80067 SORRENTO (NA)

Tel: 081 8784216

Fax: 081 8771315

Questa quotazione, elaborata sulla base dei dati sopra riportati, è meramente indicativa e non vincolante per Allianz.

*Vedere fascicolo informativo prima della sottoscrizione



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

Animali

Vendo cuccioli (maschi o femmine) di maltese completi di pedigree nati a fine novembre. Prezzo interessante. Tel. 3391280922

Vendo bellissimo cucciolo di Chihuahua color miele. Il cucciolo è già sverminato e svezato. Si garantisce massima serietà e disponibilità, prezzo affare! Per ulteriori informazioni contattare tramite cell. Tel. 3288362302

Compro massimo € 100,00 gattino persiano massimo età 2 o 3 mesi oppure gatto incrocio a pelo lungo. Accetterei anche in regalo. Tel. 3270209497

Immobiliari

Vendesi appartamento moderno al centro di Piano di Sorrento al secondo ad ultimo piano composto da ingresso, ampio soggiorno, 2 camere da letto, cucina abitabile, 2 bagni, 2 ampie balconate riscaldamento autonomo C.E.G. no agenzie altre informazioni e foto sul sito www.clickkase.it titolo: immobile in penisola sorrentina appartamento al centro di Piano di Sorrento Tel. 3384934292

Persona affidabile con lavoro stabile cerca appartamento/monolocale nella zona tra i Colli fino a Mortora. Tel. 3331422508

Torre del Greco fittasi appartamento composto: 2

vani e acc., finalmente già ristrutturato. Sito in viale dei Pini, al piano terra. Canone mensile di locazione a € 500,00. Tel. 3382284663

Sant'Agnello, centralissimo ed a pochi passi dalla vesuviana, fittasi stanza con bagno per uso non abitativo. Tel. 3389459467

Fittasi posti auto esterni coperti e interni. Tel. 3336122081-0818083394

Cedesi avviata attività commerciale a Meta (penisola sorrentina). Tel. 3398685716

Sant'Agata sui Due Golfi fitto appartamento di 65mq composto da: ampio salone con cucina, camera da letto e bagno. Semi-arredato, giardinetto in comune, posto auto. Contratto uso transitorio. € 450 mensili. Tel. 0818780950

In penisola sorrentina cercasi una casa per 2 persone affidabili, massimo € 500,00. Da valutare solo case non umide a lungo periodo contrattuale. Tel. 3282050610

Fittasi locale commerciale sul Corso Italia in Piano di Sorrento, zona centrale. Si tratta di negozio completamente rinnovato, 40 mq sopralcabile, prezzo trattabile. Tel. 3316161752

Prezzo affare. Vendesi box pertinenziale sottoterraneo in Sorrento, 37 mq. Solo € 60.000,00. Tel. 3333794830

Meta di Sorrento vendo casa

55 mq. al piano terra. Prezzo affarone € 160.000,00. Tel. 3663062187

Casa in affitto arredata autonoma zona Massa Lubrense composta da: doppi vani da letto, doppi servizi, parcheggio auto, vicino negozi e fermata autobus. Canone di locazione mensile € 600,00. Tel. 3315350675

Casa vacanze fittasi a Roccaraso, parco Silvania, appartamento 70 mq su due livelli termoautonomo, posti letto 4+2, camino più barbecue, due bagni e angolo cottura, 100 mq di giardino e posto auto, solo settimanale. Tel. 3388243771

Castellammare di Stabia zona centrale vendesi appartamento ristrutturato: soggiorno angolo cottura, 2 camere più bagno. Tel. 3381247855

Affittasi monolocale arredato in villa a Sant'Agnello € 500,00. Tel. 3382822879

Vendesi immobile a Castellammare di Stabia zona centrale ristrutturato: soggiorno angolo cottura, camera, cameretta e bagno. Tel. 3477393984

Fittasi per settimane o mensilmente, per periodi non eccessivamente lunghi, appartamento di 100 mq nel centro storico di Sorrento completamente ristrutturato e ammobiliato. Tel. 3389063415

Fittasi appartamento in Sant'Agnello (Località Trasaella)

composto da: due camere, cucina, bagno, terrazzo e piccolo giardino. C'è anche il posto auto per piccola/media automobile. Contratto regolare. Tel. 3339256907 - 0818787297

Meta di Sorrento: fittasi appartamento per settimane, week end e periodo natalizio. Prezzi economici. Tel. 0818787297 - 3341638954

Sorrento centro: fittasi bellissimo appartamento per settimane, week end e periodo natalizio. prezzi interessanti. Tel. 0818787297 - 3341638954

Fittasi locale direttamente sulla spiaggia di Meta Alimuri da adibire ad uso commerciale di circa 150 mq. oltre spazio esterno e grotta cantina interna, munito di riscaldamento autonomo e bombolone di 3000 L. di gas. Tel. 330946567

Fittasi appartamento ristrutturato Napoli Via Pier delle Vigne, angolo Piazza Giambattista Vico, 1° piano, composto da: salone triplo con mattonelle firmate "Laura Biagiotti", 2 camere da letto, cucina piccola abitabile, bagno, corridoio, 2 ripostigli, balconate con cancelli, porta blindata, ascensore, portiere, termoautonomo, no agenzie, € 850,00 mensili + oneri condominiali. Tel. 3356845802

S. Maria di Castellabate zona lago vicino spiaggia fittasi mesi agosto e settembre 2014 casetta max 6 persone ogni confort e prezzi modici. Tel. 3337952003

Fittasi appartamento in ex residence a Pescasseroli (AQ) 10 posti letto, camino per brace, tv in camera e posto auto. Prezzo interessante € 20,00 a persona al giorno, week end settimana. Tel. 3899230856

Fittasi ufficio di nuova costruzione, di 25 mq corredato di aria condizionata in struttura stupenda sita in zona centralissima di C/mare di Stabia. Prezzo € 250,00 mensili. No contratto Enel e Gori per subcontatori già installati. Spese minime di condominio. Tel. 3392846310

Fitto a Massa Lubrense, borgo della Marina della Lobra, piccolo appartamento composto da un ingresso, cucina, bagno e ampia camera soppalcata, con affaccio sul mare, € 500,00 mensili contratto regolare 4 + 4 - A. P. E. classe G. Tel. 3356403194

Massa Lubrense - frazione di Monticchio - Appartamento composto da: 2° camere, cucina abitabile, bagno, ampio terrazzo, deposito, giardino e cortile condominiale, posto auto, termoautonomo, € 650,00 mensili, contratto regolare 4 + 4, - A. P. E. classe G. Tel. 3393843764

Fittasi box auto a Sant' Agnello e Piano di Sorrento. Tel. 0815322429

Fittasi monolocale massimo due persone Via dei Platani in Piano di Sorrento. Tel. 3488127439

Fittasi grazioso monolocale arredato sito a lavorate di Sarno ad € 300,00 mensili. Tel. 3929529333

Capri locale commerciale libero ora affitto per persone referenziate e serie. Tel. 3386558298

S'Agata sui due Golfi, fittasi appartamento di circa 70 mq composto da: 2 camere da letto, 2 bagni, cucina abitabile, spazio

esterno con piccolo giardino. Tel. 3342643635

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

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

Vico Equense località S. Andrea fittasi casa semi-indipendente composta da: 2 vani, 2 bagni, terrazzo 40 mq e cantina 40 mq, garage e cortile. Prezzo di locazione mensile € 450,00 mensili. Tel. 3343539338

Vico Equense, località Fornacelle, zona collinare, fittasi monolocale semiarredato al primo piano con soppalco, totali 40 mq. Circa. Panoramicissimo, ingresso indipendente, possibilità di posto auto coperto, € 300,00 mensili. Tel. 330 94 65 67

Vendesi appartamento ristrutturato, sito in Castellammare di Stabia, 65 mq più terrazzo di 30mq. che gira tutto intorno all'appartamento. Composto da: 2 camere, soggiorno, cucina, corridoio, ripostiglio esterno. Prezzo € 390.000,00 tratt. No agenzie, solo referenziati Tel. 3203506581

Fittasi appartamento in S. Agnello composto da cucina, soggiorno, camera da letto e bagno. Tel. 3392841446

Fittasi a Sorrento zona Casarlando miniappartamento arredato piano rialzato. Tel. 3384086582

Siamo una coppia con un bimbo di 1 anno cerchiamo un appartamento non molto grande, non umido e luminoso in affitto, in penisola sorrentina.

NO AGENZIE, NO PERDITEMPO solo privati, siamo persone affidabili con referenze. Tel. 3387552764

Massa Lubrense. Vendesi terreno molto panoramico di 6040 mq con utili (locali) agricoli accatastati di circa 70 mq, uno vicino all'altro, di cui uno antecedente al 1960. Ampi terrazzamenti ben tenuti con prevalenza di oliveti. Doppio ingresso carrabile. Il terreno risulta già ben delimitato da confini naturali, reti e da cancelli. Prezzo interessante, secondo attuali prezzi reali di mercato. Astenersi perditempo. Tel. 3384938278

Locale commerciale a Capri affitto chiama dopo le h. 17,00. Tel. 3386558298

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, oppure fitto annule o contratto regolare. Tel. 3663668084

Causa cambio domicilio, vendesi box (pertinenziale) in zona Parco Imperiale a Gragnano, di circa 19 mq. di nuova costruzione, ottimamente rifinito. Il prezzo è interessantissimo € 22.000,00 intrattabili. Tel. 3394274012 o 0817473102 (solo mattina)

Privato vende Locale C1 - Piano di Sorrento - Via Gottola, 13 da ristrutturare - mq 94 - alto mt. 5, 20 - vendesi a € 250.000,00 poco trattabili. No Agenzie o Intermediari. Tel. 0818787736

Meta di Sorrento posizione centrale zona piazza Mulino/ Tommaso Astarita affitto grande spazio circa 200, mq. divisibile adatto per studi professionali, laboratorio, show room, altezza circa 6 metri, 2 servizi igienici completi in fabbricato interamente padronale Tel. 0818788301 dopo le ore

h. 17,30

Tarviso: residence Camporosso vendo in residence 5 posti letto, vicino funivia, centro paese, supermarket, probabile ristorante interno secondo decisioni condominiali, attrezzato con stoviglie, cucina, biancheria ecc. posteggio interno alla struttura. Multiproprietà 1 settimana circa ultima settimana di marzo o cavallo marzo aprile secondo anni. Prezzo € 9.000,00. Tel. 0818788301 dopo le ore h. 17,00

Cervinia sulla neve in residence "Cervinia 2" multiproprietà vendo bellissimo appartamento 7 posti letto, 2 piani, doppi servizi, due posto macchina interni, 1 ingresso per piano, terrazze, completamente attrezzato con riscaldamento, cucina, stoviglie, biancheria ecc., due settimane: ultima di gennaio + prima di febbraio, Prezzo € 30.000,00. Tel. 0818788301 dopo le h. 17,00

A 120metri dal mare casa a Calopezzati CS. M2 42 nuova arredata in villetta con licenza edilizia e accatastamento. Prezzo € 42.000,00. Tel. 0818622109

Fittasi casa vacanza a Cuba, Havana, 18 km dal centro, vicino museo Hemingway, transfert incluso dall'aeroporto 4/6 posti letto climatizzata, giardino, € 25,00 a persona al giorno incluso pranzo. Tel. 3282693401

Torre del Greco fittasi zona signorile appartamento composto da 2 vani e accessori. Rifinitissimo, prezzo di locazione mensile di € 550,00 mensili. Si richiede il pagamento semestrale anticipato, scritta e quietanzata nel contratto. Tel. 3382284663

Fittasi garage o deposito a Piano di Sorrento in Via Bagnulo € 180,00 mensili. Metratura di 46 mq. Tel. 3395785905

Cedesi attività di lavanderia

e tintoria avviatissima sita in Sorrento, centro urbano. Specializzata in pulizia accurata/rigenerazione calzature griffate (Hogan, Paciotti, Santoni, Tod's...), Offerta interessante, trattative riservate. Cedesi per ragioni familiari. Tel. 3357958020

Cedesi attività commerciale ben avviata in Penisola Sorrentina. Tel. 3341695431

Ragazza seria, no fumatrice cerca alla pari in cambio di stanza presso abitazione in penisola sorrentina, aiuto a persona donna anziana esempio compagnia, perché di mattina lavoro già. Garantisco massima serietà. Tel. 3386353093

Cerco casa in penisola sorrentina massimo € 400,00. Tel. 3478810869

Donna giovane seria educata offre in cambio di compagnia un alloggio in camera presso signora anziana. Tel. 3386353093

Fittasi deposito-box di 45 mq a piano di Sorrento asciutto e con finestra per aerare il locale. Tel. 3395785905

Vomero alto adiacente metro vendo appartamento semipanoramico di mq.140 con posto auto e moto. Tel. 3395725580

Ercolano, fittasi in via Pittari 12, appartamento al piano terra, mq 45 con terrazzino annesso, libero da ottobre, ad € 375,00 mensili, poco trattabili. Chiamare ore pasti. Tel. 3278495141

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

€ 450,00 mensili. Tel. 3356845802

Sorrento centro fitto appartamento con sette posti letto, posto auto e moto. Tel. 3395725580

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

Agerola, frazione Bomerano, fittasi monocamera arredata periodo estivo oppure solo nel weekend. Tel. 3381247855

Vico Equense centrale vendesi box auto mq 25 ad un prezzo unico di € 75.000,00. Tel. 3336353447

Fittasi uso transitorio o per periodo estivo località Termini soluzione indipendente splendida vista su Capri arredata e ben attrezzata ideale per una vacanza in completo relax. Tel. 3338954797

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

Fittasi locale mq 40 circa in Sorrento alla Via Parsano (zona Santa Lucia) per uso studio/ufficio o eventualmente deposito. Prezzo interessante. Per eventuali ed ulteriori informazioni chiamami di persona. Tel. 3334176260 - 3401945575

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

Fondatello di Mascali a 15 km da Taormina e da Catania due vani arredati, fronte mare, con 5 posti letto, posto auto, tv e lavatrice, fittasi anche settimanalmente.

Tel. 3937591399

Fittasi deposito 50mq accesso consentito anche a camion. Località Mortora-San Liborio (Via Pomicino). Tel. 3336122081 - 0818083394

Fittasi locale commerciale sul Corso Italia in Piano di Sorrento, zona centrale. Si tratta di negozio completamente rinnovato, 40 mq sopralcabile, prezzo trattabile. Tel. 3316161752

Fittasi tre vani moderno con doppio servizio al secondo ed ultimo piano con affaccio sul verde a Piano di Sorrento nei pressi del municipio, prezzo euro 1000 mensili, no agenzie ed intermediari. Tel. 3384934292

Corsi

Laureata con 110 e lode in Statistica e Informatica per la Gestione delle Imprese, impartisce lezioni di: statistica, psicommetria, analisi delle serie storiche, ecc per preparazione esami universitari (anche a domicilio). Tel. 3388182469

Diplomata al Liceo classico con il massimo dei voti, laureata in Giurisprudenza con 110/110 e lode, specializzata in Professioni Legali e praticante avvocato, impartisce lezioni private: di Diritto per scuole superiori ed esami universitari; in materie umanistiche (italiano, latino, storia, geografia, filosofia); in tutte le materie per scuole medie. Tel. 3347895076

Avvocato impartisce lezioni private per preparazione esami universitari e per scuole superiori. Zona Vico Equense - Sorrento. Tel. 3394095882

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

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. Contattare al seguente numero di Tel. 3298896985

Insegnante di spagnolo (madrelingua) a Sorrento per corsi individuali intensivi, esami, traduzioni. Tel. 3398758797

Corso spagnolo, individuale o di gruppo con madrelingua, traduzioni web, conversazione, a Sorrento. Tel. 3398758797

Effettuo doposcuola e preparazioni in Latino, Italiano, Storia, Geografia, Filosofia, Storia dell'arte, Diritto e Greco (greco - solo per il IV ginnasio). Scuole medie inferiori: tutte le materie. Sono una docente materie letterarie. Prezzi modici mensili. Ambiente familiare. Esperienza e competenza. Zona Piano di Sorrento. Tel. 3384938278.

Si impartiscono ripetizioni gratuite di diritto commerciale a studenti di scuole superiori. Tel. 3339352131

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

Laureato in matematica, 30 anni, con esperienza decennale nell'ambito delle lezioni private, offre ripetizioni di matematica, fisica ed informatica a studenti

di scuole medie inferiori e superiori, e per tutti i corsi legati alla matematica ed alla fisica per tutti i corsi di laurea. Disponibile anche a domicilio dello studente, in tutta la penisola sorrentina. Tel. 3394660493

Insegnante lingua francese/inglese, esperta preparazione esami universitari, concorsi, recuperi scolastici, offre lezioni private e traduzioni per tutti i livelli. Massima serietà. Contatti dopo le 15h. Tel. 3921936711

Docente esaminatore ECDL certificato effettua corsi privati e in aula per il conseguimento della patente europea del computer. È possibile anche sostenere solo esami presso Test Center AICA accreditati. Per maggiori informazioni contattatemi subito. Tel. 3395448201 dalle 12:00 alle 16:00

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

Madrelingua spagnola impartisce lezioni € 15,00 all'ora preparazioni esami scolastici-universitari-traduzioni web. Tel. 3398758797

Problemi con l'inglese o il francese? Ragazza laureata in lingue e con anni di esperienza impartisce lezioni private nella zona di Meta. Tel. 3395094354

Laureata con 110 e lode in Statistica e Informatica per la Gestione delle Imprese, impartisce lezioni di: statistica, psicometria, analisi delle serie storiche, ecc per preparazione esami universitari (anche a domicilio). Tel. 3388182469

Ex magistrato impartisce lezione di diritto per scuole superiori ed esami universitari. Tel. 3333186629

Elettronica

Vendesi macchina fotografica Reflex con rullino (no digitale) Nikon f 70x con dorso data, ottica Nikkon-Japan, € 500,00 incluso obiettivo Nikon. Tel. 3282693401

Vendo Play Station 2 con modifica perfettamente funzionante e immacolata con 2 joystick di cui uno come nuovo e molti giochi. Tel. 3337545109

Vendo macchina fotografica Nikon Coolpix 8400, perfettamente funzionante, completa di tutti gli accessori, borsa, 2 batterie, 2 memory card da 1 e 512 gb, cavetti, caricabatterie e guida all'uso. Prezzo € 100,00. Tel. 3381293959

Zodiac ricetrasmittitore 27 gb mhz veicolare 12 volts - come nuovo - scatola e istruzioni 100,00 euro. Tel. 3282693401

Nikon f70d reflex con rullino - professionale. Prezzo € 400,00. Tel. 3282693401

Obiettivo Nikon 38/80. Prezzo € 200,00. Tel. 3282693401

Vendesi PSP Street E1004 CB con fotocamera inclusa colore charcoal black + 2 giochi (Invizimals e Lemmings) mai usata, prezzo € 60,00. No perditempo. Tel. 3334178313

Lavoro

Cercasi persona coscienziosa per assistenza anziano e pulizia. Poche ore settimanali. Tel. 0818075867

Signora seria, italiana, residente a Massalubrense, cerca lavoro come badante (no notturna), babysitter o donna delle pulizie. Tel. 3349917417

Parrucchiera con diploma triennale e vasta esperienza

nel settore, offrsi per pieghe. Colori, tagli, acconciature, servizi makeup, trucco base, trucco sposa, servizi estetici: sopracciglia e babbetto e molto altro, presso il vostro domicilio a prezzi modici. Disponibile anche i giorni festivi e la domenica. Tel. 3349915699

Sei un giovane appassionato/a di programmazione web e app, abiti in penisola e credi che questo possa essere il tuo futuro? Chiamaci per fissare un colloquio di lavoro, il nostro staff si sta espandendo e cerchiamo qualcuno da assumere a tempo pieno. Requisiti minimi richiesti: Educazione, Creatività, Velocità di apprendimento e un'infarinatura di Html, Css e Php. Tel. 3394413544

Ragazza 21 cerca lavoro come estetica, effettua cerette, pedicure, manicure e semipermanente. Tel. 3314253632

Persona seria con esperienza cerca lavoro come badante per anziani tutti i giorni anche orari notturni. Tel. 3459473987 - 3664917426

Cerco lavoro come barista, aiuto cuoco, commessa, solo di mattina. Tel. 3663062187

Signora esegue lavori di stiratura preso il vostro domicilio. Prezzi modici. Anche lavoro come pulizie domestici e baby-sitter. Tel. 3209587510

TUTTOFARE esegue qualsiasi lavoro a domicilio massima serietà e no perditempo. Tel. 3315859778

Signora cerca lavoro come domestica, pulizia condomini, manutenzione giardino, badante. Disponibile da subito. Tel. 3316234212

Cerco lavoro come baby-sitter o collaboratrice domestica solo di mattina. Tel. 3317260804

Stai cercando un lavoro da poter gestire nel tuo tempo libero??? Dove e quando vuoi??? Avon a la soluzione al

tuo problema. Non perditempo. E per chi ci chiama entro il mese di dicembre un massaggio di 30 minuti omaggio più un prodotto omaggio. Chiamami per qualsiasi informazione. Massima Serietà. Tel. 3317657986

Babysitter con attestato cerca lavoro con bambini di qualsiasi età massima serietà no perditempo. Tel. 3317657986

Estetista svolge colate, pulizia del viso, massaggi, cerette, trattamenti anti cellulite, manicure e pedicure. Prezzi x tutte le tasche. No perditempo e massima serietà. Tel. 3317657986

Sei stanca di dover andare nei negozi e aspettare lunghe file x comprare i prodotti per la cosmetica o per la casa? Hai poco tempo per fare shopping? Ho quello che fa per te!!! Da oggi puoi acquistare direttamente da casa tua! Tel. 3317657986

Cerco assolutamente lavoro in qualsiasi ramo. Tel. 3317657986

Sarta esegue aggiusti, pieghe, cambio zip, etc. con ritiro a tuo domicilio. Sorrento e limitrofi. Tel. 3338591725

Cercasi sarta in zona penisola sorrentina con esperienza nel settore tappezzeria. Tel. 3318528392

Ho 22 anni cerco lavoro come baby-sitter oppure come pulizie domestiche o nei bar o anche nei ristoranti. Sono anche presentatrice Avon vengo anche per le case per illustrare i cataloghi. Sono una ragazza volenterosa e con tanta voglia di lavorare. Tel. 3398233191

Eseguo ricami a punto croce su Tela Aida: bavaglino, asciugamani, strofinacci, tovaglie, ecc. Li vendo a prezzi modici. Tel. 3385672799.

Vendo a prezzi modici bavaglino ricamati da me a punto croce. Tel. 3385672799

Vendo a prezzo economico un ferro da stiro a caldaia, usato pochissime volte e tenuto in ottime condizioni.
 Tel. 3385672799

Parrucchiere massima serietà e prodotti di qualità: propone lavoro a domicilio con prezzi interessanti: piega €8,00 - taglio€10,00 - colore €12,00 - mesh+piega €32,00.
 Tel. 3298834157

Per Natale speciale colore chtouche + piega €30,00.
 Tel. 3298834157

Studentessa universitaria 22enne cerca lavoro part-time da poter conciliare con gli studi.
 Tel. 3394265468

Azienda multinazionale settore telecomunicazioni e servizi essenziali seleziona collaboratori zona penisola sorrentina/Castellammare di

Stabia per sviluppo progetto reddito residuale nel settore più in crescita ed in espansione attualmente. NO vendita NO rappresentanza partnership a livello mondiale nel settore e interessante piano provvisoriale/provvigionale mensile e annuale. Età min. 25 anni. Tel. 3403513690

Studentessa universitaria cerca lavoro part-time (preferibilmente di mattina). si garantisce la massima serietà!
 Tel. 3405647455

Signora seria, referenziata cerca lavoro come collaboratrice domestica, dama di compagnia, babysitter o altri lavori di pulizia. Disponibilità anche per notti in ospedale.
 Tel. 3661520504

Cerco assolutamente lavoro con stipendio fisso mensile no perditempo massima serietà.
 Tel. 3317657986

Collaboratrice domestica umile educata e con anni di esperienza cerca impiego presso signore e famiglia. Zona penisola sorrentina.
 Tel. 3270209497

Optima italia, società di consulenza leader in Italia, seleziona OPERATORI TELEMARKETING 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. 3382541904

Cerchiamo addette alle vendite per negozio di abbigliamento

in Sorrento, anche prima esperienza: inviare il proprio C.Vita a: Meegi@katamail.com 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 seria con esperienza munita di auto cerca lavoro come assistenza anziani anche orari notturni da Sorrento a Castellammare di Stabia.
 Tel. 3459473987

Signora italiana cerca lavoro sulla penisola sorrentina con referenze come babysitter governante e compagnia signore anziane, e con varie mansioni all'interno di cucine ristorante. Tel. 3312627243

Cerco lavoro come badante e

RISTORANTE - PIZZERIA



LA FENICE

PESCE FRESCO TUTTI I GIORNI - ANCHE PIZZA E MENÙ CELIACO



PREPARIAMO PIATTI DA ASPORTO

Via degli Aranci, 11 - 80067 Sorrento (NA) - tel. 081.8781652 - fax. 081.5324154

domestica signore anziane disponibilità 24 ore in zona penisola sorrentina.
Tel. 3478810869

Ragazza 28 anni cerca lavoro come Baby sitter e commessa. Massima serietà ed esperienza. Full o part time.
Tel. 08119176811

Signora seria cerca lavoro come badante e domestica disponibile 24h in zona penisola sorrentina.
Tel. 3667260527

Cercasi lavoro come babysitter, domestica o badante anziani, zona penisola sorrentina.
Tel. 3478810869

Signora di 50 anni infermiera cerca lavoro come babysitter o badante. Tel. 3339405669

Fabbro, residente in penisola offresi per lavori in ferro, pitturazioni e aggiusti a vostro domicilio a prezzi modici,

contattatemi. Tel. 3205503999

Ragazza 29, cerca lavoro come commessa, baby sitter o per pulizie domestiche, massima serietà full o part time. Per qualsiasi offerta non esitate a contattarmi. Tel. 3319262346

Restauro e recupero (nel senso rinnovo) mobili, oggetti lignei, infissi ed antiche porte lignee. Trattamento antitarlo non invasivo ma estremamente efficace. Dorature e laccature. Preparazione e messa in opera anche di affreschi su muro e legno. Valutazioni gratuite. Prezzi competitivi. Prezzo speciale per Hotels, ristoranti e strutture ricettive.
Tel. 3315451600

Cerco lavoro come segretaria, baby sitter o come aiuto domestico. Tel. 3663562276

Cerco urgente lavoro come badante o domestica o baby sitter in zona Penisola

Sorrentina e Castellammare. Ottime referenze. Anni 27.
Tel. 3478810869

Studio di consulenza fiscale con sede in Piano di Sorrento (NA) ricerca figura di addetto/a contabile da inserire all'interno del proprio organico. La risorsa dovrà avere un'esperienza lavorativa pregressa presso studi di commercialisti. Si richiede impegno full - time, massima serietà. Si prega inviare curriculum vitae all'indirizzo: studicommercialisti@alice.it

Studio di consulenza fiscale con sede in Piano di Sorrento (NA) offre la possibilità di svolgere la pratica professionale per l'iscrizione all'albo praticanti sez. A Dottori Commercialisti. Si richiede impegno full - time, massima serietà. Si prega inviare curriculum vitae all'indirizzo: studicommercialisti@alice.it

Signora seria e qualificata cerca lavoro di assistenza anziani e disabili e/o aiuto domestico (solo di giorno). Massima serietà. Tel. 3402958689

Ragioniere 50 enne, con esperienza pluriennale in contabilità generale, gestione magazzino, pratico computer, cerca lavoro a scaffati (sa) o zone limitrofe.
Tel. 3393586823

Sono un ragazzo di diciassette anni, cerco posto come cantante per una band.
Tel. 3384379330

Parrucchiera con diploma triennale e vasta esperienza nel settore, offresi per pieghe, colori, tagli, acconciature, servizi make up, trucco base, trucco sposa e molto altro, presso il vostro domicilio a prezzi modici.
Tel. 3349915699

Italiano perbene di 44anni

SCOGNAMIGLIO ↑ TRASLOCHI

I NOSTRI SERVIZI

- Smontaggio e rimontaggio mobili
- Scatole e Casse protettive per ogni tipo di oggetto
- Bauletti per vestiti
- Trasformazioni cucine
- Buste per imballo materassi
- Corriere e appalti con negozio di arredamento
- Noleggio autoscala con autista
- Viaggi settimanali in tutta Italia

DEVI RISTRUTTURARE
CASA ???
NO PROBLEM!!!
DEPOSITO MOBILI
UN MESE
GRATIS !!!



ANCHE SU 



UFFICIO C/mare di Stabia: Via Benedetto Croce, 19 - Tel/Fax. 081 3941220
Cell. +39 335 13 26 326 - Penisola Sorrentina Cell. +39 335 13 26 327
E-mail. traslochiscognamiglio@alice.it

info

Goditi la Tranquillità di averci scelto...

cerca lavoro come assistente e compagnia persone malate o anziani. Disponibile anche per notti in ospedale, solo zona Castellammare di Stabia.
Tel. 3382284663

Offresi baby sitter, 35 anni, auto e moto munita, mamma di un bambino di 10 anni, esperienza nel settore. Ottima conoscenza lingue e materie scolastiche, disponibile anche per ripetizioni. Massima serietà. Tel. 3393324770

Studentessa universitaria amante degli animali cerca lavoro come dog sitter. Zona Sorrento. Si garantisce la massima serietà.
Tel. 3405647455

Cerco urgentemente lavoro, sono una ragazza con tanta voglia di lavorare. Disponibile di mattina mezza giornata o di pomeriggio come badante aiuto anziani baby-sitter, cameriera. Solo provincia di Napoli. Tel. 3894262661

Hai bisogno di manutenzione in casa, cantina, soffitta ect. Chiamami anche solo per un preventivo. Massima serietà.
Tel. 3382752542

Per lavori idraulici, elettrici e di pitturazione interni ed esterni contattami per un preventivo.
Tel. 3392385104

Signora seria cerca lavoro di assistenza anziani o aiuto domestico in casa o per pulizie uffici e ristoranti (solo di giorno). Massima serietà.
Tel. 3402958689

Signora italiana operatrice assistenziale, seria, referenziata, affidabile e con esperienza ventennale, cerca lavoro come baby sitter, assistente anziani e colf. Ottima esperienza in cucina, disponibile a Sorrento e limitrofe. Tel. 3312627243

Ragazza 28 anni cerca lavoro come Baby sitter e commessa. Massima serietà ed esperienza. Full o part time.
Tel. 08119176811

Odontoiatra (dentista) offresi per direzione sanitaria e lavoro in studio odontoiatrico retribuzione minima € 2.400,00 mese + provvigioni. No perditempo.
Tel. 3203506581

Cercasi ragazza per distribuzione di volantini, zona Pompei, Scafati, Castellammare, Vico Equense, Casola, Lettere, e altri comuni da Sorrento a Pagani. No perditempo paga € 20,00 al giorno per 8 ore di distribuzione.
Tel. 3392026530

Lavaggio per pellicce, il ritiro anche al tuo domicilio.
Tel. 3203506581

Donna ukraina cerca lavoro presso famiglie, assistenza anziani o pulizie per le zone di Castellammare, Sant'Antonio Abate, Vico Equense, Gragnano, Santa Maria la Carità. Tel. 3203506581

Ragazza di 22 anni cerco urgente lavoro come Baby-sitter oppure anche solo per accompagnare i vostri bambini a scuola, anche come Stiratrice, Commessa e qualsiasi altro lavoro. Ho esperienza e vorrei continuare a farne in quanto so rapportarmi con i bambini di qualsiasi età, ed ho anche già avuto esperienza come commessa. Sono una persona affidabile e lavoro con una certa serietà, responsabile, divertente e abbastanza matura in grado di portare a termine i compiti nel migliore dei modi. Se avete bisogno che qualcuno si occupi dei vostri figli oppure di qualcuno che vi stiri la vostra biancheria contattatemi. Tel. 3299857668

La società Excalibur (servizi sportivi) iscritta al Coni, per delega seleziona per squadra di calcio (figc) atleti degli anni 1999/00/01/02 per campionati figc e tornei internazionali.
Tel. 3202144495

Cinquantenne seria cerca

lavoro come badante e domestica, disponibilità anche 24 ore con esperienza ultradecennale per la cura e l'assistenza continua persone anziane. Ottima conoscenza della lingua italiana e ottima conoscenza della cucina italiana. Zona penisola sorrentina, Castellammare, Pompei. No perditempo.
Tel. 3318469965

Ragazza seria e affidabile cerca lavoro come baby sitter o come aiuto domestico in zona S. AGATA, MASSA E SORRENTO.
Tel. 3663562276 di mattina

Cerco licenza di n. c. c in Campania oppure fitto aziendale taxi in penisola sorrentina. Tel. 3663668084

Estetista effettua al vostro domicilio manicure, pedicure cerette trucco base e sposa pulizie di viso a prezzi modici o babysitter. Tel. 3386030987

Signora seria cerca lavoro di assistenza anziani o aiuto domestico in casa o per pulizie uffici o lavori di stiratura presso il vostro domicilio.
Tel. 3209587510

Motori

Vendesi Opel Corsa del 2010 euro 5 solo 28,000 Km aria cond. ABS impianto stereo sempre tenuta in garage ottime condizioni 1,2 benzina € 6.200 trattabili Tel. 3384086968

Vendo Golf gt TDi 170 cc, anno 2008, colore nero, cerchi di 17 versione sportiva, 65000 km. PREZZO € 11.000,00 trattabili!! Chiamare solo se veramente interessati! Tel. 3389309221

Vendo Vespa 50 special, colore bianco, appena riverniciata tutti pezzi originali, con libretto. € 1.500,00! Chiamare solo se veramente interessati! Tel. 3333090594

Vendo Piaggio Free 70 cc, colore bianco in ottimo stato, con documenti. € 450,00! Chiamare solo se interessati! Tel. 3394404246

Vendesi a Sorrento sh-150 anno 2006 colore grigio, come nuovo (completo di antifurto, bauletto e parabrezza) € 1.000,00 trattabili. Tel. 3282817561

Vendesi Vespa 50 hp anno '93, 1900 km. Visibile a Piano di Sorrento. Prezzo interessante € 800,00. Tel. 0818788020

Motore marino Selva a miscela € 500,00 trattabili. Tel. 3280395845

Motore marino Mercury 8 cavalli a miscela gambo lungo € 500,00. Tel. 3282693401

Motorino Atala rosso/bordeaux 50 cc avviamento a pedale anni '90, € 400,00 trattabili. Tel. 3280569969

Vendo fiat 500 l d'epoca, marciante perfettamente, buone condizioni di carrozzeria, gomme e cerchi nuovi, possibile assicurazione d'epoca, ottima x i pochi spazi della penisola, vendo euro 3000 trattabili. Tel. 3297376495 ore serali

Vendesi motorino 50cc di epoca Gilera cba, rosso, documenti in regola € 1.000,00. Tel. 3282693401

Vendo mini gp Honda, condizioni perfette tagliandata ogni gara, pronto pista, usata in tornei nazionali. Caratteristiche: Impianto frenante Brembo, Radiatore maggiorato, Motore Honda 175 rr, Albero Honda RACING (12.000 giri), Accensione a rotore interno RACING, Forcella con sospensioni regolabili. Mono ammortizzatore rs24 regolabile, Scarico akrapovic con terminale in fibra di carbonio. Carburatore Mikuni 32 con filtro a Spugna RACING. Cambio 4 marce. Prezzo € 300,00 trattabili! Tel. 3333139992

Vendo Bmw grigio metal serie 1 futura 120d 163 cv. Condizioni ottime € 6.500,00 compreso passaggio

proprietà. Tel. 3403513690

Vendesi a Sorrento Sh-150 anno 2006 colore grigio, come nuovo! Completo di antifurto, bauletto e parabrezza € 1.200,00. Tel. 3282817561

VENDO come nuovo HONDA FORZA EX 250, settembre 2008, cambio sequenziale a 7 marce - ABS - Euro 3 - Uniproprietario come nuovo - Black - Pneumatici agosto 2012 - Revisione novembre 2012 - Tagliandato e controllo semestrale Honda - € 2.500 tratt. Tel. 3334768720

Vendesi Piaggio modello Cosa 150 cc. Storica, buone condizioni sempre in garage, ruote nuove, possibilità assicurazione d'epoca € 900,00. Tel. 3356365549 - 3338489186

Vendita auto per inutilizzo colore grigio Modello DAEWO MATIZ, anno di immatricolazione 2004, Km. 38840. Cambio meccanico, 995 di cilindrata. Accessoriata con A/C e Airbag. Buono stato, unico proprietario e mai incidentata. Località Piano di Sorrento Prezzo € 2.200,00. NO PERDITEMPO. Tel. 3208704921

Vendo Ape 50 tenuta bene e in ottime condizioni meccaniche e di carrozzeria. Euro 1. Prezzo € 500,00. Astenersi perditempo. Tel. 3668030407

Causa inutilizzo vendo 50 special anno 1975 restaurata qualche anno fa ad € 1.600,00. Tel. 3929529333

Gilera cba 50 con assicurazione d'epoca, tenuto molto bene, colore rosso visibile a Sorrento. Prezzo € 1.000,00 trattabili. Tel. 3282693401

Nuova Golf Bifuel anno 2009, 6.000 kw, 1,6 black metal, nuovissima, uni proprietario, full optional, € 18.000,00. Chiamare solo se realmente interessati. Visibile a Sorrento. Tel. 3282693401

VENDO come nuovo HONDA FORZA EX 250 settembre 2008, Cambio sequenziale a 7 marce, ABS, Euro 3, Uniproprietario come nuovo, Black, Pneumatici agosto 2012. Revisione novembre 2012, Tagliandato e controllo semestrale Honda. Prezzo € 2.500,00 trattabili. Tel. 3334768720

Acquisto Ninja zx 10r, Honda cbr rr 1000, Suzuhi gsx 1000, Yamaha r1 o moto sempre carenate 600 cc dal 2006 in poi, per contanti ed immediati. No perditempo, ritiro in provincia Napoli, Salerno, Avellino, Benevento. Non contattatemi per altri modelli o anni inferiori al 2006. Tel. 3203506581

Vendesi Go kart 100 lgk - sonik 2009 vendesi € 2.500,00 permutato con moto o smart. Tel. 3203506581

Vendo mini Cooper Rover anno 2001 di epoca, bollo e assicurazione ridottissimi, certifica ASA, verde inglese, unico proprietario, 87.000 km. Vendo con dispiacere per raggiunti limiti di età! Prezzo € 6.000,00. E' stata seguita da Ideal Officina di Piano di Sorrento. Tel. 0818788301 dopo le ore h. 17,00

Gommone m3 Pagliuli in alluminio anticivolo, colore bianco, marca Barracuta marino + compressore turbo anche sotto vuoto, ruote di poppa in acciaio inox anno 2013, motore Suzuki DF. Cav 10 anno 2013 nuovo non usato € 2.300,00 anche separato. Tel. 0818622109

Ford Fiesta 1. 2 anno 99, km 108000, Abs, clima serv. 5p, vendo € 500,00. Tel. 3383585861

Vendesi barca in resina 4,30 mt ideale per la pesca costiera Paiolo nuovo, visibile a Sorrento, remi, portacanna inox. Prezzo € 1.500,00. Tel. 3282693401

Gozzetto in resina 4,30 Mt paiolo nuovo vendesi,

remi, motore 8 cavalli Mercury, copribarca visibile a Sorrento. Prezzo € 2500,00 trattabili. Tel. 3282693401

Vendesi Vespa 50 hp anno '93, 1900 km. Visibile a Piano di Sorrento. Prezzo interessante € 800,00. Tel. 0818788020

Affare, barca in resina, ideale per pesca costiera, motore Mercury 8 cavalli a miscela, paiolo nuovo, remi, serbatoio benzina € 1.500,00 visibile a Sorrento. Tel. 3282693401

Varie

Regalo un lettino bimbo/a di legno color bianco e una culletta di legno color bianco. Entrambi comprensivi di materasso. Tel. 3382583176

Vendesi attrezzatura bar-ristorante. Ottimo affare! No perditempo. Tel. 3387025155

C/mare Stabia vendo ad € 420,00 scopa elettrica Nuova DELLA FOLLETO. Ancora imbballata, ultimo tipo, con 5 anni di sacchetti ricambio con filtro. Tel. 3382284663

Vendo batteria elettronica Yamaha dd 12 causa inutilizzo, con 8 pad percussioni + scraper 100 stili ritmici 75 sonorità di percussioni, pedale cassa e molte altre opzioni. Prezzo € 100,00. Tel. 3382752542

Vendo calciobalilla modello Garlando F200 con aste rientranti come nuovo € 220,00. Tel. 3315859778

Vendo quadro Bettarini, vecchia maniera anno 1969 raffigurante veduta di Sorrento misure 100x150. Affarone € 5.000,00. Tel. 3333794830

Vendo quadro Bettarini paesaggio innevato, misure 100x70 anno 1975. Prezzo affare € 2.000,00. Tel. 3333794830

Vendo quadro Asturi 50x70 raffigurante una mareggiata.

Prezzo affare € 3.000,00. Tel. 3333794830

Vendo quadri vari artisti: Domenica Fiorentino, Filosa, Bettarini, Di Lieto e altri meno noti, inoltre vendo stampe con vari soggetti. Tel. 3333794830

Vendo piano di cottura Hotpoint Ariston da 75 cm con cinque piastre in acciaio e appoggio in ghisa. Acquistato NUOVO in agosto 2013. Prezzo interessante. Tel. 3477106714 Affare anti-crisi! Vendesi preziosa parure di gioielli in smeraldo composta da orecchini, anello e catenina con ciondolo contornato da diamanti bianchi. Prezzo da concordare. Tel. 3337094553 Piano BAR con 3 chitarriste, 3 voci, 2 mandolini. Per le tue feste o cerimonie. Tel. 3346972546

Vendo divano con poltroncine in discrete condizioni € 50,00. Tel. 3336353447

Vendo cyclette magnetica nuovissima acquistata al costo di € 150,00 la vendo per € 70,00. Tel. 3336353447

Cambio e compro FRANCOBOLLI italiani ed esteri. Tel. 0818785515 - 3287020328

Vendesi bellissimo pianoforte verticale Bernstein, 3 pedali, colore nero lucido, 7 ottave, 88 tasti, con sedile in pelle coordinato, parte meccanica perfetta, probabilmente qualche tasto andrà accordato. In ottime condizioni e utilizzato sempre con molta cura. Bello anche come pezzo d'arredamento. Prezzo € 500,00 il valore commerciale è decisamente più alto, me ne separo con rammarico per questioni di spazio. Trasporto a cura dell'acquirente. Tel. 3334178313

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

DIFFIDA DEL "FAI DA TE" !
METTITI IN BUONE MANI !



GaDesign
SORRENTO

{ Creazione materiale pubblicitario e immagine coordinata
...per una comunicazione visiva nuova e accattivante!

info 320.3470098 - seguici su 



oro  convert[®]

"il" compro oro

compro
ORO
argento



+

=



oro  convert[®]
"il" compro oro

da oggi puoi anche
acquistare fantastici
gioielli a prezzi eccezionali

PIANO DI SORRENTO
Corso Italia, 83
di fronte ai Carabinieri

Dvd Karaoke con 140.000 Basi aggiornatissime testo sincronizzato X Computer o Tastiere uso professionale o domestico € 60,00.
Tel. 3407365074

Basi Karaoke Per cantanti/ musicisti più di 140 Mila Basi aggiornatissime testo Syncro, tutti i generi per Computer o Tastiere € 60,00.
Tel. 3407365074

Causa trasloco vendesi trittico composto da comò più due comodini in noce massello tinta mogano, stile inglese. Verniciatura effetto tampone. Piani in marmo pregiato lavorazione artigianale in pochi esemplari riprodotte anche nei minimi particolari lo stile inglese. Ottime condizioni, penisola sorrentina. Tel. 3385021900

Coperta Tucano originale per sh 150 usata solo 3 mesi vendo metà prezzo con scontrino.
Tel. 3383585861

Cerco da acquistare ad un prezzo contenuto un usato in buono stato e perfettamente funzionante di bicicletta elettrica. Tel. 3805171932

Vendo a C/MARE DI STABIA, N.5 quadri olio su tavola, pittura a spatola, del maestro ANTONIO MARTUCCI, Misure 24x30. Prezzo affare.
Tel. 3382284663

Vendesi pianoforte verticale Yamaha Eterna nero lucido in ottime condizioni. Prezzo vantaggioso! Tel. 3314899427

Vendo coperta lavorata ad uncinetto a mano con rose e angeli. Tel. 3391513447

Signora confeziona ad uncinetto abito su misura per donna. Tel. 3395725580

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

Si regalano mobili moderni: cassettiera, piccola libreria, scrivania e si vendono alcuni mobili antichi.
Tel. 3388323102

Vendesi canna fumaria di rame doppio strato da 200 mm diametro completa da poter installare in un abitazione di 2 piani + tetto (curve incluse). Materiale mai utilizzato. Materiale nuovo ancora imballato e pronto su pallet. Prezzo richiesto € 1800,00. Prezzo di mercato € 2.317,80.
Tel. 3351434178

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

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

Tailleur Cristina Santandrea montato in visone taglia 44 vendo a € 100,00. Abito da sposa siflate NewYork in seta taglia 44/46 completo di acconciatura € 600,00. Pelliccia marmotta azzurra taglia 44/46 € 900,00 trattabili. Tel. 3392818696

Vendo zaini per le scuole elementari e medie nuovi, con cartellino a metà prezzo. Massima Serietà. No Perditempo. Zona Sorrento.
Tel. 3479363383

Vendo bicicletta per bimba 6 -10anni completa di cestino e portapacchi, usata pochissimo e tenuta in ottime condizioni. Prezzo modico.
Tel. 3661144993

Vendo ad amatori del settore 19 Riviste Vintage SPORTMAN a 60? Zona Sorrento.
Tel. 3296220310

Vendo Biliardino (Calcio - Balilla) professionale, seminuovo, a € 120,00 euro. Pagato € 330,00. Ritiro in zona Meta di Sorrento.
Tel. 3381044566

Vendo discografia Mariah Carey 15 cd (€ 5 ciascuno) in ottimo stato. Tel. 3394737841

Vendo mobile da ingresso con specchio a un prezzo veramente affare. Entrambi sono in vero legno Mogano e in buonissime condizioni.
Tel. 3288362302

Stufa a pellet novembre 2011Lincari come nuova vendesi. 9 kw potenza, Milly 515. Prezzo € 900,00 trattabili. Tel. 3355455307

Vendesi lavatrice perfettamente funzionante a prezzo affare. Tel. 0818083755

Vendo borsa da donna più scarpe n.39, vera pelle cobra con certificato autenticità €300,00. Tel. 3317310522.

Vendo scaldaparafrasi compreso di paraffina 2kl buste per mani, guantoni pail pronto per l'utilizzo + fresa. Della DOC MEDICA per estetica dotata di regolatore di potenza pedalino per l'accensione. TUTTO MAI UTILIZZATO E ANCORA IN SCATOLE DI SPEDIZIONE. PREZZO VERAMENTE INTERESSANTE.
Tel. 3389284863

VENDO abito da sposa Pronovias, modello Donaire, completo di velo e cuscino portafedi, ottime condizioni. Prezzo € 850,00.
Tel. 3381260676

Si regalano mobili moderni: cassettiera, piccola libreria, scrivania e si vendono alcuni mobili antichi.
Tel. 3388323102

Vendesi 10 scatole di gomitolini cotone bianco per uncinetto per realizzo coperta prezzo affare. Tel. 3339116910

Libri per Liceo Scientifico Sorrento vendesi in buono stato. Richiedere codici.
Tel. 3296220310

Causa inutilizzo, vero affare, vendo servizio piatti da dodici

con accessori, bordato oro, di R. Ginori. Prezzo interessante. Tel. 0818086612

Vendo, per errato ordine, pouf in pelle nuovissimo color bianco/avorio cm 65 x 65 € 180,00. Tel. 3471221540

Vendo ad ottimo prezzo n. 4 confezioni di pipette Front Line Combo per gatti, n. 2 confezioni di Frontline Combo per cani 2 - 10 kg, n. 2 confezioni di Frontline per cani grandi 20 - 40 kg. Tutte assolutamente nuove di magazzino, scatolate. Scad 2015 e 2016. Prezzo di vendita Frontline per gatti €22, 40 e cani 2 - 10 kg €24, 60 - > Vendo a soli 15, 00€ Prezzo di vendita Frontline per cani grandi 27, 80€ - > Vendo a soli 18, 00€ Massima Serietà - No Perditempo - Zona Sorrento.
Tel. 3479363383

Frigorifero portatile nuovo. Ideale per auto, barche e camper. Refrigeratore e scaldavivande. Grandezza 60x 55. Cubi di ghiaccio forniti, colore rosa. Fuori residenza sono da preventivare spese di spedizione. Prezzo € 15,00.
Tel. 3771372050

AFFARE Camera da pranzo anni 70, tre pezzi, tavolo 8 posti, 6 sedie, vendesi € 100,00.
Tel. 335424638

Causa inutilizzo, vendo poltrona letto, completa di materasso completamente sfoderabile e lavabile. La poltrona possiede due fodere: una in velluto fucsia e l'altra in cotone a strisce arancioni, blu e bianco. Regalo due completi (adatti alla poltrona) composti da copripiumino e federa in rasatello in cotone a fantasia per bambini. Prezzo € 200,00 trattabili. Tel. 0815322421 - 3334509249

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. Tel. 3342753751

Ritiro qualsiasi tipo di elettrodomestici inutilizzati (lavatrice, frigorifero, ferro da stiro, fono, ecc). Tel. 3384282031

VENDO OROLOGIO OMEGA SEAMASTER QUARTZ LADY a polso stretto per COLLEZIONISTI: anno VINTAGE (1971-1983) in acciaio inossidabile; movimento: quarzo/batteria. Mi è stato valutato € 2.500,00 dalla gioielleria "Russo" circa due anni fa e io lo vendo a tale prezzo. Tel. 3339700961

Vendo mini Momo bianco a € 30,00. Visibile in Piano di Sorrento. No perditempo. Tel. 3493389190

Vendo mountain bike mai usata, prezzo interessante € 100,00. Tel. 3395725580

Vendersi macchina combinata da falegname ottima condizioni 2 motori. Prezzo € 600,00. Tel. 3382831531

Per collezionisti di monete vendersi a buon prezzo monete da collezione di tutti i tipi cartacee e di metallo. Tel. 3382831531

Vendersi macchina da falegname e Levigatrice orbitale. Tel. 3382831531

Vendo Nike AIRMAX uomo, colore azzurro e bianco con un po' di arancione. Numero 45, bellissime! Ho provato a metterle due volte un paio di ore ma sono grandi e mi danno fastidio. Le compri perchè mancava il 44! Pagate € 150,00 da Footlocker alla Cartiera, praticamente regalo a soli € 50,00. Possibilità di foto tramite mms! Tel. 3389598945

Cedo dischi vinile mix anni 80/90 a discoteche, emittenti radio e deejay. Tel. 3771372050

Vendesi macchina Singer d'epoca modello 31 Pfaff, mobile con cassetti, d'arredamento, ben tenuta € 200,00. Tel. 3355455307

Vendesi giaccone tre quarti di volpe nera, pressocchè nuovo e di altissima qualità. Taglia 44 - 46. Prezzo € 200,00. Tel. 3384938278

Vendesi parete attrezzata bianca di larghezza m 1,50, piccola ma con molti spazi. Vendo causa trasloco a soli € 50,00; inoltre, mobile specchio x bagno bianco con 2 ante a vetro e ventro al centro prezzo € 35,00, anche lampadario in ferro con 3 bocce di vetro azzurre dove mettere le lampadine a € 30,00 in più due lampade da comodini azzurre a € 15,00 entrambi. Tel. 3200418984

Si affrescano pareti con motivi artistici. Tel. 3318460597

Vendesi per rinnovo attività vetrina calda per pasticceria 1.60mt usata poche volte. Prezzo affare € 900,00. Tel. 3387025155

Vendo Sgabelli con piede in acciaio e sedile in similpelle. Prezzo interessante € 20,00 l'uno. Tel. 3387025155

Vendesi Produttore di acciaio a prezzo conveniente € 200,00. Tel. 3387025155

Quattro pneumatici Michelin come nuovi, di cui due 185/55 R 15 e due 205/50 R 15 vendo in blocco € 150,00. Tel. 3288957677

Vendo Bimbi robot ultimo modello prezzo modesto causa non utilizzo. Tel. 3314926114

Vendesi pali di castagno altezza 5 / 6 m. Diametro 8/ 15 cm.x recinzioni ecc. Tel. 339.3893162

Vendo per rinnovo attività Cucina 6 fuochi gas. Prezzo da urlo € 700,00. Tel. 3387025155

Vendesi Lavabicchieri a soli € 800,00. Tel. 3387025155

Vendo epilatore a luce pulsata Remington i-light essential usato 2 volte, praticamente nuovo + lampada di ricambio ancora nello scatolo € 130,00. Tel. 3317658051

Si effettuano murali con dipinti paesaggistici. Massima esperienza e serietà. Tel. 3318460597

Gratis in regalo cerco computer portatile con stampante, cuffie, dvd ed internet. Grazie anticipate. Tel. 3341391671

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

A prezzo anti crisi quasi ridicolo vendesi forno elettrico per azienda: una bocca di fuoco 50 cm x 50 interno, seminuovo € 600,00 trattabili. Tel. 3270209497

Vendo vocabolario latino praticamente nuovo con eserciziaro correlato. Prezzo € 45,00 Trattabile. Tel. 3280825381

Vendo pavimento in gres porcellanato per esterni. Disponibilità circa 110mq. Vendibile anche in metraggi

inferiori. Colore Beige. Dim. 15x30. Prezzo: - 10 Euro/mq per tutto il metraggio - 12 Euro/mq per metraggio compreso tra 60 e 90; - 13, 50 Euro/mq per metraggio compreso tra 30 e 60; - 15 Euro/mq sotto i 30mq. Tel. 3391750199

Vendo 2 culle legno faggio color noce con cassetto, 1 sediolino per auto, box doppio pieghevole, fasciatoio con vaschetta, sediolone regolabile, girello. Tel. 3355406687

Vendesi abito da sposa e da cerimonia nuovo. Tel. 0818705795

Noleggio barca con skipper 10, 50 mt, max 8 persone. Tel. 3203506581

Cerco libri di psicologia in regalo per una semplice passione. Tel. 3387552764

Vendesi cameretta - ottime condizioni: armadio 2 ante con cassettiera (€ 300,00), scrivania girevole con cassettiera e sedia (€ 200,00), comodino (€ 80,00), colori giallo e blu. Letto a scomparsa, doppia funzione giorno - notte (aperto cm 159x220x220h) € 2.000,00. Possibilità vendita separata. Tel. 3393683506

Vendo tavolo allungabile in legno cm 100 x 100 h 78 allungabile a cm 200 x 100. Zona Piano di Sorrento (NA) Come nuovo € 100,00. Tel. 3471221540

per la tua PUBBLICITÀ sul

LEGGIMI *Gratis*

380.35.71.772

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

TECNO C

RICAMBI - CALDAIE - CONDIZIONA

...riscaldati con noi



KLOVER

NORDICA
Extraflame
Riscalda la vita.

CORDIVARI

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

CALOR



AMENTO - ARTICOLI TERMIDRAULICI



www.tecnocalorfrasca.it

La Stanza dei Babocchi

S.Agata sui due Golfi 



Non un pizzico
di Fantasia
il regalo diventa
Magia

dk GRAPHIC