

LEGGIMI *Gratis*



L'informazione gratuita



ARREDAMENTI

di Claudio & Luigi Gargiulo

PAG. 26

Via del Mare 15/19 • Sorrento • tel/fax 081 8071764 • cell. 3382065411
www.lgarredamenti.it • info@lgarredamenti.it

QUESTO MESE...

Benessere	26
Affari di cuore	28
Cultura	30
Psicologia	32
Risparmiare	38
Lifestyle	42
Pc Facile	44
Bellezza	46
Over 60	50
Mondo Bimbi	52
Moda	54
Auto & Co	62

Cos'è l'inquinamento indoor? Come si previene?
 Esprimi il tuo amore in versi
 Gragnano: Dalla Valle dei Molini alla Città della Pasta
 Uomi e donne vivono in modi diversi
 Strategie anticrisi
 Il cervello fa grandi pulizie durante il sonno
 Sicurezza su internet
 Il tuo alleato di bellezza
 Cani e gatti: una compagnia per gli anziani
 Al supermercato con i bambini
 Moda 2014: gli accessori che non possono mancare
 - Sconto autostrade: come funziona
 - Renault Clio e Peugeot 208 scalano le classifiche europee
 - F14 T
 - GLOSSARIO
 - IN PRATICA...

IN OGNI NUMERO...

- 04 Sai Perché?
- 10 News dal Mondo
- 16 Chiedi all'esperto
- 40 Ricetta del Mese
- 66 Kids Corner
- 68 Cinema
- 72 Annunci Immobiliari
- 74 Svago
- 81 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'Amaro | 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 nell'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

di massa

forni • macchine • arredamenti

- GRAGNANO -

☎ 0818725829

- forniture per:
- panifici
 - pasticcerie
 - pizzerie
 - ristoranti
 - bar
 - alimentari



S.S. per Gragnano, 18/20 uscita autostrada
www.dimassaforniearredamenti.it

Perché i pugili non hanno mai barba e baffi?

La norma è contenuta nei regolamenti delle federazioni nazionali. Per esempio, l'articolo 66 del regolamento italiano, intitolato "Contegno e comportamento verso l'arbitro durante il match", recita al comma 15 che «non è consentito al pugile uomo portare la barba e/o baffi salvo previa autorizzazione dell'arbitro». Anche il Comitato olimpico internazionale (Cio) vieta barba e baffi alle Olimpiadi. L'intento è evitare che una

peluria eccessiva possa arrecare danno all'avversario, soprattutto nel corpo a corpo. Proprio per questa ragione, nel gennaio 2010, al campionato di boxe per dilettanti di Bolton (Regno Unito), è stato impedito di combattere al venticinquenne Mohammed Patel, inglese di religione musulmana. La scelta ha sollevato un vespaio di polemiche e l'Associazione pugilistica amatoriale inglese l'ha spiegata adducendo due ragioni: «La nostra commissione medica ha ritenuto che la peluria del viso possa causare abrasioni al volto del rivale e, più importante, i dottori affermano



che la rasatura permette di vedere i tagli durante il combattimento». In India un gruppo di pugili sikh raccolse della documentazione per indurre il Cio a rivedere le regole, permettendo così la loro partecipazione ai Giochi di Londra 2012, ma il comitato è stato irremovibile.



Come funzionano i foglietti che catturano i colori?

I foglietti che si mettono nella lavatrice insieme ai capi colorati per evitare che gli indumenti si macchino sono strisce di carta imbevute di una sostanza che cattura i

residui di tintura. La formula esatta è segreta perché il marchio è registrato dall'azienda irlandese che nel 1995 ha lanciato sul mercato questo articolo che avuto

un enorme successo. Il meccanismo di funzionamento dei foglietti si basa comunque sull'interazione tra sostanze dotate di carica elettrica

opposta: i coloranti tessili più comuni sono molecole con carica negativa, mentre il foglietto, costituito da fibra di origine cellulosica, è imbevuto di sali di ammonio, con carica positiva. Quando il colorante viene in contatto con il foglietto, vi aderisce. Il foglietto, da smaltire nei rifiuti cartacei della raccolta differenziata, è riciclabile e non rilascia alcun agente chimico nell'acqua.



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'



**LIVE
MUSIC!**

14 FEBBRAIO 2014

S.VALENTINO

Serata con musica dal vivo!

TANTI TORNEI



calcio balilla
ping pong
xbox360
carte

**FESTE
PRIVATE**



BUNGA LOVE

Prenota un bungalow per
la notte di S.Valentino al
nostro villaggio turistico
"Fiori d'Arancio"



BLOSSOMS PIANO

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

OCCHIALE COMPLETO UOMO E DONNA CON LENTI SALMOIRAGHI ANTIRIFLESSO.

CARRERA JUST CAVALLI LOZZA SAFILO	MONOFOCALE DA 169€	PROGRESSIVO DA 259€
CK - GUESS MARC BY MARC JACOBS POUCE - TOMMY HILFGER VOGUE	MONOFOCALE DA 189€	PROGRESSIVO DA 279€
FENDI RAYBAN	MONOFOCALE DA 209€	PROGRESSIVO DA 299€
CALVIN KLEIN POLO RALPH LAUREN RALPH LAUREN	MONOFOCALE DA 229€	PROGRESSIVO DA 319€

PERSONALIZZA LE TUE LENTI:

NOVITÀ: COPPIA DI LENTI COMFORT ATTIVA +50€	COPPIA DI LENTI PROGRESSIVE PERSONALIZZATE +50€	COPPIA DI LENTI SOTTILI 1.6 +60€	COPPIA DI LENTI CON TRATTAMENTO FOTOCROMATICO +100€
---	---	---	---

Offerta valida fino al 23/03/2014. Montature e lenti selezionate. Non cumulabile con altri sconti o promozioni in corso.

 salmoiraghi & viganò

Corso Italia 246/D - Sorrento - tel. 081.807.17.94

CONCESSIONARIO:



Perché le gondole di Venezia sono nere?

Nominata per la prima nel 1094 in un decreto del doge Vitale Falier, la gondola divenne dal XVI secolo uno dei principali mezzi di trasporto per persone di tutte le classi sociali. **Furono poi soprattutto i nobili e l'alta borghesia a trasformarla in un simbolo di potere e agiatezza economica.** Tant'è vero che all'epoca lo sfarzo, i colori e il lusso di queste imbarcazioni erano tali che il Senato della Serenissima, nel tentativo di frenare quella che ormai era



diventata una vera e propria competizione, stabili delle sanzioni pecuniarie per le gondole troppo appariscenti. Ma il provvedimento si rivelò inutile, perché molti preferirono pagare le multe piuttosto che rinunciare agli

addobbi. E così il Magistrato alle Pompe, a cavallo tra il 1500 e il 1600, impose che tutte le gondole fossero dipinte in nero o ricoperte con un panno in lana dello stesso colore.



Che cosa sono gli orti urbani?

Sono spazi verdi coltivabili ai margini delle città. **Non appartengono a chi li coltiva, ma in genere alle municipalità, che li assegnano a coltivatori non professionisti che ne fanno richiesta.** Gli orti urbani hanno una storia che comincia a fine Ottocento

con i francesi jardins ouvriers (giardini operai), promossi da Jules Lemire, prete e deputato riformista. Gli orti a ridosso delle città sono stati a lungo considerati antiestetici secondo i canoni urbanistici, e comunque retaggio di una dimensione paesana, luoghi da destinare solo al tempo libero degli anziani. Negli

ultimi anni, però, in tutte le città europee e nordamericane il numero delle persone che vogliono coltivare un orto è andato via via crescendo. Giovani, donne, impiegati e professionisti si

sono sostituiti a pensionati e operai. **Spesso gli orti vengono coltivati in forma collettiva, come giardino comunitario.** A Milano è nata addirittura una rete, quella delle Libere rape metropolitane, che raccoglie tutti gli orti e le realtà di verde spontaneo e "partecipato".

Perché Chanel N° 5 si chiama così?

La scelta del nome di questo profumo è frutto di un caso. Nel 1921, a Cannes, la stilista **Coco Chanel** decise di commissionare al profumiere francese Ernest Beaux la realizzazione di un profumo innovativo, diverso da tutti quelli in circolazione e che non fosse semplicemente a base di essenze naturali, ma anche sintetiche. Testò personalmente i risultati, annusando tutte le boccette di prova dei campioni proposti

e la scelta cadde sul quinto di essi: Chanel N° 5.

Originalmente pensato da Coco Chanel come un regalo natalizio per i migliori clienti, il profumo fu lanciato sul mercato nel 1922.

Il successo mondiale si deve però alla diva americana Marilyn Monroe, che nel 1953 dichiarò di andare a letto... "indossando" soltanto due gocce di Chanel N° 5.



L'abito da sposa è sempre stato bianco?

No. Nel Medioevo, per esempio, i futuri sposi, specie se appartenenti alle classi sociali agiate, dovevano esibire il proprio status con abiti costosi, colorati con tinture rare e preziose. **Usare stoffe colorate era dunque sinonimo di ricchezza.** La prima sposa della storia a indossare l'abito bianco fu la principessa Filippa d'Inghilterra nel 1406 il giorno del suo matrimonio con Erik di Danimarca. Un secolo e mezzo più tardi, Maria Stuart, incoronata regina di Scozia a soli nove mesi, scelse per le

nozze con Francesco II di Francia, nel 1558, un abito candido, andando controcorrente, e contro ogni buon auspicio: per i reali francesi il bianco era infatti il colore del lutto. La scelta della quindicenne Maria appare a posteriori quasi una premonizione: il suo altrettanto giovane consorte, infatti, morirà di lì a due anni. **Bisognerà aspettare qualche secolo e un'altra grande regina perché l'abito bianco da sposa divenga una consuetudine:** nel 1840 la regina Vittoria d'Inghilterra lo scelse per le sue nozze con Alberto di Sassonia-Coburgo-Gotha. E quasi tutte le future spose la copieranno.



 PRINCE *Cafè*
Piazza Cota

Nuova Gestione

Perfetto per...

la tua colazione

il tuo aperitivo

uno snack veloce

una serata tra amici...

e tanta buona Musica

Caffeteria - Snack

Wine Bar - Food & Drink

Per info e prenotazioni 081-8788030

MILIONARIA CINESE LAVORA COME SPAZZINA “PER INSEGNARE AI FIGLI COSA VUOL DIRE LAVORARE”

La cinquantatreenne cinese Youzhen Yu possiede 17 appartamenti ed altre diverse proprietà immobiliari: gli affitti e le compravendite immobiliari le hanno consentito di accumulare una piccola fortuna. La storia della signora Yu è quella di molti cinesi che si sono arricchiti dopo le liberalizzazioni nel paese: negli anni ottanta ha investito nella costruzione di alcuni condomini che poi ha in parte affittato ed in parte venduto. Nonostante questo, la signora Yu lavora come spazzina per le strade della sua città di Wuhan, nella Cina centrale, pulendo le strade e svuotando i cestini, per uno



stipendio di circa 150 euro al mese. La ragione di questo secondo la lavoro non è che le cose vadano in qualche modo male, e neppure la ricerca di un hobby, anzi. La scelta di fare la spazzina nasce da una questione educativa: Yu vuole mostrare ai suoi figli, cresciuti nell'agio e nel benessere, che il lavoro

richiede sforzo e fatica, per educarli a rimboccarsi le maniche e ad evitare di lasciarsi trascinare dalla superficialità e dall'idea che tutto sia dovuto. L'idea sembra avere finora funzionato, ed entrambi i figli della donna si sono trovati un lavoro, dopo avere visto l'esempio della madre.

LAVORI INSOLITI: PAGATI PER ANDARE A FARE LA PIPÌ IN GIRO PER IL MONDO

Una startup newyorkese sta cercando dipendenti per un lavoro insolito: andare a fare la pipì nei bagni pubblici in giro per il mondo. La società (che si chiama Toilet Finder) infatti gestisce un sito che offre indicazioni e recensioni per trovare bagni pubblici, affrontando così un problema comune a molti viaggiatori. Il sito sarebbe in grosso sviluppo, e per questo la società è alla ricerca

di collaboratori, che riceveranno una paga di 100 dollari al giorno per utilizzare bagni pubblici e scrivere recensioni su di essi. L'insolito annuncio di lavoro chiedeva agli interessati di fornire "esempi del proprio lavoro": speriamo che intendessero in termini di capacità di scrittura, e non dimostrazioni di utilizzo dei bagni pubblici...





RISTORANTE

Refood AL VICOLETTO

VIA DELL' ACCADEMIA SORRENTO



2night
PianoShow



Festa della Donna €35
a persona



A SEGUIRE...

BAGATTELLE

PIAZZA TASSO
SORRENTO

1944

Amedeo Siotto

LIVE PIANO SHOW

Info e prenotazioni:

345.73.68.368



Bagattelle Sorrento



Karaoke Show

NEW PROJECT

Canzonissima la gara

By Chiara Nardi

serate a tema

karaoke & disco party

messenger istantanea

*L'originale che fa
la differenza*

Disponibile per eventi,
cerimonie, compleanni

**RICHIEDI IL TUO PARTY
PERSONALIZZATO!**

Ci trovi qui ogni...

...venerdì **COVENT GARDEN PUB**

...martedì **PRINCE**

...domenica **PURPLE**

Info e contatti:

☎ Cell 3394020175 - 3389336508

f facebook.com/KaraokeShowByChiaraNardi

✉ KSnewproject@gmail.com

STAFF: **Dj**MassimoRusso **Dj**LucianoAstarita **Speaker**DaianaAlloggio

NEWS dal MONDO

RICERCA: INDOSSARE I TACCHI ALTI FA FARE AFFARI MIGLIORI

Secondo una ricerca della Brigham Young University, indossare i tacchi alti fa fare affari migliori. E non perché, come a qualcuno potrebbe venire da pensare, perché il venditore può rimanere sedotto dai tacchi a spillo, ma perché se il cervello deve concentrarsi per non perdere l'equilibrio fisico, è più facile che la scelta d'acquisto ricada sul prodotto migliore, e non su quello più economico o più chiaro. I ricercatori hanno fatto delle simulazioni sulle scelte d'acquisto in situazioni piuttosto curiose,

come sceglie una stampante stando in equilibrio su una gamba sola, o fare acquisti giocando ad uno dei giochi-fitness della Wii. Il risultato è che in situazioni di equilibrio precario si tendono a fare scelte più azzeccate. "Se siete delle persone che tendono a spendere più del dovuto, o siete un tipo estremo, forse dovrete considerare di andare a fare shopping indossando



tacchi alti", commenta il professor Jeffrey Larson, uno dei coordinatori dello studio.

UN FURGONE (FUNZIONANTE) FATTO COMPLETAMENTE DI GHIACCIO

Canadian Tire, un'azienda canadese che produce componenti per automobili ha realizzato il primo furgone funzionante realizzato completamente in ghiaccio. Solo per i componenti meccanici

critici sono stati utilizzate le normali parti. Il furgone ha richiesto circa 7 tonnellate di ghiaccio, ed è stato costruito sulla base di un Silverado GMC del 2005. È stato necessario aggiungere delle ventole di aspirazione addizionali per allontanare l'aria calda dal motore, ed evitare lo scongelamento del mezzo. L'idea di costruire un furgone di ghiaccio è nata per promuovere una batteria prodotta

dall'azienda e dimostrarne la resistenza al freddo (una qualità per ovvi motivi considerata molto importante in Canada), e per aggiungere difficoltà alla prova la batteria è stata anche congelata a -40° prima della messa in moto del veicolo. Il furgone di ghiaccio ha poi percorso alcuni chilometri per dimostrare il suo funzionamento, e effettuare alcune riprese per uno spot pubblicitario. Poi però è stato fatto sciogliere in un capannone.



SI FA RESTITUIRE I SOLDI CHE SPENDE CON UN MESSAGGIO SULLE BANCONOTE

Il sessantenne Gary, di Phoenix, Arizona, ha avuto un'idea decisamente insolita ma estremamente semplice per risparmiare sulle spese. Su tutte le banconote che spende, Gary infatti ha scritto: "Per favore restituitemi questa banconota. Sono molto povero", con tanto di indirizzo dove spedire la banconota. L'idea è nata qualche anno fa, quando Gary aveva dei problemi di salute e faticava a fare quadrare i conti. "Non

penso che qualcuno mi avrebbe restituito qualche banconota, ma lo hanno fatto e questo mi ha incoraggiato a portare avanti l'idea", racconta Gary, che aveva iniziato a scrivere i suoi messaggi quasi per scherzo. Ora Gary non ha grossi problemi economici, ma i soldi che gli tornano indietro aiutano a pagare le bollette. Non si parla di grosse cifre: in me-



dia, gli vengono restituiti due dollari al giorno, ma ogni tanto qualcuno aggiunge qualche piccola "mancia", e così a volte arriva anche a superare i cento dollari al mese. Gary racconta che molti di quelli a cui finiscono in mano le sue banconote sarebbero molto divertiti dal messaggio: "Una persona mi ha scritto dicendo: 'Un'idea è geniale, perché non ci ho pensato io?'".

LASCIA I RUBINETTI APERTI, CREA UNA CASCATA DI GHIACCIO SULLA FACCIATA DEL PALAZZO

Cosa succede se lasciate il rubinetto aperto tutto l'inverno e aprite le finestre? Un uomo qualche tempo fa ha provato, e il risultato è stato un'enorme cascata di ghiaccio. Il suo non è stato però un gesto dettato dalla dimenticanza o dalla follia, ma un modo insolito per attirare l'attenzione sul suo problema. Wen Hsu, questo il nome dell'uomo, vive da 35 anni in un palazzo a Jilin, nel Nord-Est della Cina: una società però ha deciso di costruire un centro commerciale e ha cominciato ad acquistare

tutti gli appartamenti della zona. La maggior parte dei residenti ha venduto subito, nella convinzione che è difficile lottare contro questo tipo di progetti, ma il 58enne Hsu non ha voluto né potuto accettare un'offerta economica che definiva "ridicola". Ma come fare per attirare l'attenzione sul problema? Dopo un po', l'idea è arrivata: aprire i rubinetti e aprire le finestre. La cascata di ghiaccio alla fine sembra abbia avuto l'effetto desiderato: le autorità locali sono intervenute con la società che gestisce la

costruzione del nuovo centro commerciale perché facesse un'offerta economica che consentisse all'uomo di trasferirsi in un'abitazione dignitosa. La cascata di ghiaccio non ha dato fastidio a nessuno, dato che tutti i vicini di casa di Hsu si erano già trasferiti da qualche tempo.





CARNEVALE 2014

COSTUMI • MASCHERE • ACCESSORI
PER BAMBINI E ADULTI



VESTITI
a partire da

€ 9,90



CHIEDI all'ESPERTO

*Che differenza c'è
tra carboidrati*

SEMPLICI

e COMPLESSI?



I carboidrati, detti anche zuccheri, **sono un nutriente fondamentale per la nostra alimentazione.**

Sono costituiti da una o più molecole di base.

In relazione al numero di unità che lo compongono, un carboidrato può essere classificato come:

•MONOSACCARIDE:

formato da una singola unità di base.

I più comuni sono il glucosio, il fruttosio e il galattosio, presenti tutti in fonti vegetali ad eccezione dell'ultimo che si ritrova, invece, nel latte;

•DISACCARIDE:

formato da due unità di monosaccaridi unite insieme.

I più diffusi sono il saccarosio (glucosio+fruttosio) che è il comune zucchero da cucina, il lattosio (glucosio+galattosio) il cui nome suggerisce l'alimento in cui si ritrova facilmente e il maltosio (glucosio+glucosio).

•POLISACCARIDE:

formato da più unità di monosaccaridi unite insieme.

I più comuni sono l'amido e la fibra.

Detto questo, **si indica con il termine carboidrati semplici, i monosaccaridi e i disaccaridi e con carboidrati complessi i polisaccaridi.**

Le tipiche fonti di zuccheri semplici sono i dolcificanti, i dolciumi, la frutta (che benché sia una fonte di fruttosio, un monosaccaride, ha tuttavia un più alto contenuto in acqua e fibre e di conseguenza ha un ruolo diverso nell'alimentazione).

I carboidrati complessi, invece, si ritrovano in pane, pasta, riso, altri cereali, patate, in parte nei legumi, negli ortaggi.

Queste due diverse categorie di zuccheri, però, hanno un comportamento diverso nell'organismo, ragion per cui è opportuno prediligere i carboidrati complessi.

Infatti, questi ultimi vengono assorbiti più lentamente nell'intestino dato il tempo necessario affinché i processi digestivi spezzino i legami tra i monosaccaridi (solo la singola unità è assorbibile). Conseguentemente, **dopo un pasto a base di carboidrati complessi, la glicemia sale più lentamente nel sangue rispetto al consumo dei corrispettivi semplici.** Bisogna però precisare che la natura dello

zucchero non è l'unico fattore che determina la velocità di assorbimento intestinale poiché il contenuto di fibre è ancora più rilevante.

Un'alimentazione giornaliera che prediliga le fonti di zuccheri complessi, soprattutto ricchi in fibre e limiti gli zuccheri semplici (limitare non eliminare!) si traduce in un miglior controllo della glicemia. Senza addentrarsi in discorsi più tecnici, delle fluttuazioni moderate della glicemia hanno numerose conseguenze benefiche:

•Azione PROTETTIVA nei confronti di diverse patologie;

•Un MIGLIOR CONTROLLO DELL'APPETITO;

•Una MINORE INIBIZIONE DELLA LIPOLISI, il termine tecnico che indica la scissione e quindi il rilascio di grassi dal tessuto adiposo. Questo, insieme al punto precedente, sono due delle ragioni per le quali un'alimentazione ricca in fibre è più protettiva nei confronti dell'obesità.

*dott.ssa Emma Ruocco
emmaruocco@libero.it*



**Bomboniere
Mobili
Complementi di Arredo
Oggettistica**

da oltre 20 anni presente nei giorni più belli della tua vita
personalizza e rende unici i tuoi momenti felici



I clienti che confermano
il contratto entro il
30 marzo 2014
riceveranno una
"Confezione Speciale"
inclusa nel prezzo



Via S.Maria dell'Orto, 40 - Tel. 0818724629 - Castellammare di Stabia (NA)
dominadream@gmail.com



s h o p
di Mario d'Esposito

OFFICIAL SORRENTO
Intenso
AROMA DI CAFFÈ POINT

MDE SHOP

Via Cassano, 55
80063 Piano di Sorrento
081.534.22.70
www.mdeshop.com

PROMO VALIDE
dal 1.02. al 01.04



It's a... "pocket time"
€ 5.00

BOX 150



€ 18.90



**DOY
PACK**
€ 7.00

**FABER
ONE**



€ 129

*Mio marito può
RINUNCIARE
ALL'EREDITÀ
del padre,
morto da poco,
chiedendo
in cambio
ai fratelli di
OCCUPARSI
DELLA MADRE
ancora in vita?*



La rinuncia all'eredità è una dichiarazione, che va fatta davanti ad un Notaio o al Cancelliere del Tribunale, con la quale l'erede dichiara di non volere accettare l'eredità. La rinuncia deve essere frutto di una scelta libera e **non deve prevedere alcun termine, limitazione o condizione**, quindi non si può dichiarare "rinuncio all'eredità di mio padre a condizione che i miei fratelli si occupino di mia madre superstite".

Per poter assicurare ai fratelli una somma per assistere la madre Suo marito non deve rinunciare all'eredità del padre con un atto di rinuncia, ma deve cedere loro la sua quota, in pratica deve accettarla con atto pubblico e contestualmente donarla ai fratelli con l'obbligo di usarla, in caso di bisogno,

per assistere la madre (cd. donazione modale).

Tuttavia, quest'operazione non libera completamente il donante dalla possibilità di dover in futuro provvedere ai bisogni del genitore anziano se la somma già versata non è stata sufficiente a coprire le eventuali necessità sopravvenute.

Invero, **i genitori in stato di bisogno hanno diritto di ricevere un assegno alimentare da parte dei figli** (articolo 433 codice civile).

Tale diritto è subordinato alla duplice condizione dello stato di bisogno del genitore e della impossibilità che questi sia in grado di provvedere al proprio mantenimento.

La quantificazione degli alimenti viene fatta in proporzione al bisogno di chi li domanda ed alle condizioni

economiche di chi deve somministrarli.

Inoltre va ricordato che rientra nel reato di abbandono di persone incapaci (articolo 591 codice penale) ed è quindi penalmente perseguibile, il figlio che non assista i propri genitori incapaci di provvedere a se stessi per malattia di mente o di corpo, per vecchiaia o per altra causa.

*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*



Prisco Antonino
Assistenza - Vendita
Via Iommella Grande, 110
80065 S. Agnello
Tel. 081-8088432

Vieni a **scoprire**



FORD **B-MAX**

Tecnologie innovative come l'Easy Access Door System (montante centrale integrato), per un accesso facilitato, e l'utilizzo intelligente degli spazi, fanno di Ford B-MAX l'auto ideale per la guida urbana.

CHIEDI *all'ESPERTO*

{ 21 }

Che cosa è UN LOGO e come si realizza?

Il logo è il marchio distintivo dell'azienda e delle attività che essa svolge. Con un colpo d'occhio ci permette di capire al volo di chi o cosa si tratta. Può essere semplicemente una parola, un nome, una firma, una sigla.

Un buon logo deve essere semplice, intuitivo e immediato. La sua realizzazione passa attraverso fasi ben precise e piuttosto complesse. Innanzitutto l'azienda deve avere un incontro con il grafico professionista per fissare i punti di forza da evidenziare.

Il logo non è arte libera!

Prima di iniziare ad abbozzare seriamente un logo si devono studiare quelli di aziende simili, cercando di realizzare un marchio che si distingua da quelli preesistenti, ma che allo stesso tempo rimandi al ramo di interesse di cui fa parte e attiri il target di potenziali clienti. Solo dopo aver raccolto le sufficienti informazioni, il grafico studia una strategia per concretizzare in un simbolo "l'anima" dell'azienda. Si passa poi allo schizzo del logo, prima a mano e poi, una volta definita a grandi linee la forma, lo schizzo prende vita con programmi di grafica.

È assolutamente impensabile utilizzare immagini scaricate da internet o copiate da libri e riviste! Ci sono vari problemi in cui ci si imbatte facendo quest'operazione, innanzitutto

non sappiamo se l'immagine scaricata sia protetta da copyright e in secondo luogo un'immagine adattata sarà la stessa in centinaia di loghi e quindi priva di alcuna identità.

Un altro elemento importantissimo è il colore! Bisogna valutare attentamente l'uso che ne verrà fatto, se il logo dovrà essere stampato o cucito su tessuto, se verrà stampato su carta, se invece verrà utilizzata solo su supporti elettronici. È bene prevedere sia la versione a colori che quella monocromatica, ma un buon logo deve essere versatile ed utilizzabile su tutti i supporti! **Molti dei loghi oggi divenuti celebri sono nati quasi per caso dall'intuizione di grafici geniali.**

Esempio più significativo è il logo Apple, nato dall'intuizione di Rob Janoff che semplicemente schizzò le mele che aveva comprato al supermercato. Propose poi a Steve Jobs di utilizzare la famosa mela morsa in nero perché era più economico da stampare, ma gli fu risposto di non badare a spese... di qui l'idea di mettere in risalto il punto di forza della Apple che oggi tutti sappiamo essere il colore. Ma negli ultimi anni anche il logo Apple sta subendo un



restyling, la versione a strisce colorate infatti è quasi stata completamente soppiantata dalla versione argentata tridimensionale.

Ebbene sì, anche i loghi hanno bisogno di restyling!

Ci sono categorie come ad esempio gli alimenti che cambiano il loro logo piuttosto frequentemente, devono infatti mantenersi al passo con i tempi, poi ci sono loghi che vengono "ritoccati" di tanto in tanto in maniera quasi impercettibile, e quelli che sono talmente radicati che non cambieranno mai, come ad esempio il logo Coca Cola, Nike o Mc Donalds. Quindi che si tratti di una piccola azienda o di una multinazionale... il logo è importantissimo, non affidatevi mai al fai da te, chiedete sempre la consulenza di un esperto!

GaDesign
di Valeria Castellano
tel. 3203470098
email. gadesignsorrento@gmail.com
fb. Gadesign Sorrento

*Quanto è diffuso
il FOTOVOLTAICO
in Italia, e quali
sono le prospettive
future?*

Negli ultimi anni a causa di una crescente richiesta di energia è stato osservato, in Italia e in tutto il mondo, un utilizzo sempre più massiccio delle fonti fossili che ha reso particolarmente critica la situazione economica ed ambientale del pianeta.

L'Italia d'altronde è stato sempre un paese fortemente dipendente dalle importazioni di idrocarburi, basti pensare che nel 2010 sono stati utilizzati ben 73,2 milioni di tonnellate di greggio.

Proprio dal 2010 però si è avuta una crescita esponenziale nel settore delle rinnovabili che sta portando ad una vera e propria rivoluzione energetica.

Anno dopo anno il numero di impianti alimentati da fonte rinnovabile (come il fotovoltaico), aumentano sempre di più e si moltiplicano le famiglie che scelgono di prodursi autonomamente l'energia elettrica.

Oggi, quando si parla di rinnovabili il nostro Paese si dimostra al top del mondo.

Sono molte le classifiche che vedono l'Italia tra i maggiori investitori mondiali in energia pulita, e quella realizzata dal sito svizzero

www.solarsuperstate.com le dà ancora una volta ragione.



I ricercatori di quest'associazione non si sono limitati a misurare la potenza installata in ogni singola nazione (per estensione vincerebbero facilmente Stati Uniti e Cina), ma hanno rapportato la produzione al numero di abitanti. Risulta così che, per l'anno 2013, il Paese che ha la più alta produzione di energia fotovoltaica pro capite è la Germania con 403 Watt/persona, al secondo posto troviamo il Liechtenstein con 284 Watt pro-capite, mentre al terzo posto ci siamo noi, l'Italia, con 274 Watt di energia fotovoltaica a testa. Non male per un Paese in cui quasi ogni mese si ridiscutono i sussidi al settore e in cui l'economia ristagna ai livelli di vent'anni prima. A seguire nella top 10 del fotovoltaico si piazzano la Città del Vaticano, Belgio, Repubblica Ceca, Grecia, Bulgaria, Spagna e Australia. I grandi colossi restano molto

indietro. Per esempio gli Stati Uniti non vanno oltre il ventitreesimo posto a causa di soli 24 watt di fotovoltaico per ogni americano, la Cina è addirittura trentatreesima.

Riuscirà l'Italia a mantenere questo primato anche nel 2014? La Bloomberg New Energy Finance e la Deutsche Bank Research si mostrano ottimiste e nonostante la crisi ancora in corso, prevedono che il fotovoltaico nel 2014 si consoliderà ulteriormente. Infatti, nonostante la crisi economica, il fotovoltaico prosegue la sua corsa avvantaggiata dall'aumento del costo dell'energia elettrica, dalla riduzione del costo degli impianti e dalle agevolazioni fiscali del 50% prorogate fino al 31 Dicembre 2014.

*Ing. Alberto Aiello
Energy Manager – Penisola Energia
alberto.aiello@penisolaenergia.it*

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 PROPEDEUTICI
(5-7 anni)**

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

**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

Due sale per un solo Progetto:

IL TUO BENESSERE!



Gratificati assumendo la Coppola

IL TRATTAMENTO DELL'ACQUA.

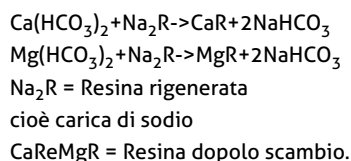
Quanto si risparmia?

La durezza dell'acqua è causa di incrostazioni e crea anche problemi nel lavaggio della biancheria, dato che la durezza consuma detersivi e saponi inutilmente; infatti sulle confezioni di detersivi sono prescritte dosi variabili in funzione della durezza dell'acqua.

Consumare più detersivi oltre ad un dispendio provoca maggiore impatto ambientale dovuto ai loro residui. Nella biancheria lavata, precipitano i cristalli dei sali di durezza che si interpongono tra le fibre ed è per questo la stessa non risulta morbida ed inoltre ne consegue una riduzione della durata nel tempo di oltre il 40% come dimostrato da alcune ricerche. La durezza è costituita dai Sali di calcio e magnesio che precipitano all'aumentare della temperatura dell'acqua, per questo crea incrostazioni nella lavatrice, nello scaldabagno, nelle caldaie, nelle tubazioni, tali incrostazioni ostacolano la trasmissione del calore aumentando notevolmente il consumo di energia. Gli studi dimostrano la possibilità di risparmiare mediamente il 30/40% oltre a prolungare la durata degli elettrodomestici. I sali di durezza precipitano

anche reagendo con i saponi ed è per questo che un'acqua dura non deterge l'epidermide nè rende i capelli soffici.

Per evitare tutti questi problemi è utilissimo l'addolcimento dell'acqua. L'addolcitore trasforma i Sali di calcio e magnesio, cioè i sali di durezza, nei corrispondenti Sali di sodio secondo le seguenti reazioni:



Tali reazioni sono denominate di scambio ionico, ed i sali derivati non incrostano. Gli addolcitori consentono, attraverso l'utilizzo di resine, tale processo e la rigenerazione avviene in automatico usando del cloruro di sodio (sale da cucina). Gli addolcitori Cillit Parat Cyber (Cyber deriva da cibernetica, ossia la scienza che studia i fenomeni di autoregolazione) consentono la rigenerazione proporzionale statistica, si autogestiscono riducendo anche il consumo di rigenerante ed il consumo di acqua durante le rigenerazioni



del 50%. L'apparecchio memorizza i consumi d'acqua e decide quando effettuare la rigenerazione consentendo di erogare sempre acqua addolcita per le successive 24 ore. Al momento della rigenerazione calcola la quantità di rigenerante da utilizzare per ripristinare la propria capacità ciclica (quantità di acqua da erogare). L'installazione dell'apparecchio deve avvenire come previsto dal D.M.37/08, D.M.59/09 e le norme tecniche UNI CTI 8065, UNI CTI 8884 e UNI CTI 7550. Inoltre si possono ottenere detrazioni fiscali per le apparecchiature di trattamento dell'acqua con il D.L. 63/2013 riguardante la riqualificazione energetica con l'applicazione dell'IVA agevolata al 10%.

*Dipartimento di progettazione
Tecnoambiente s.r.l.
Meta*

TECNOAMBIENTE

Benessere in valore assoluto.



su Youtube clicca:
tecnoambiente benessere

www.tecnoambienteluxurypools.com

I nemici che si infiltrano nella nostra casa dolce casa sono davvero tanti, e possono chiamarsi di volta in volta formaldeide, benzene, pesticidi, composti volatili organici, polveri, campi elettromagnetici, funghi, muffe, batteri.



Cos'è l'inquinamento **INDOOR?** Come si previene?

a cura di Luigi Gargiulo
LG ARREDAMENTI SORRENTO

Si nascondono a nostra insaputa nell'arredamento, nelle tappezzerie, nei detersivi che usiamo ogni giorno, nei giocattoli, nelle bocchette dell'aria condizionata e negli umidificatori che si usano quando è acceso il riscaldamento. Perfino nei deodoranti per ambiente, che sembrano dare quel profumo così gradevole, e negli schermi di televisori e computer. Fronti d'attacco diversi, che come hanno dimostrato gli studi e le rilevazioni più recenti fanno sì che l'aria tra le pareti di casa possa talvolta essere più dannosa di quella al di fuori.

La categoria più grande di inquinanti indoor: quelli

chimici. Sono costituiti dalle sostanze artificiali rilasciate anche a distanza di tempo da una gamma vastissima di prodotti, che va dai mobili (soprattutto quelli nuovi) alle vernici per pareti e pavimenti, dalle colle usate per moquette e tappezzerie ai prodotti per lavare i vetri o il pavimento.

Sono tante, insomma, le variabili che bisogna considerare, a maggior ragione nelle stanze per i più piccoli, spesso affollate di oggetti solo all'apparenza innocui. Anche perché **il problema di base è la quantità di tempo che i bimbi trascorrono nell'ambiente giorno dopo giorno, anno dopo anno:** nonostante i

singoli inquinanti possano non raggiungere elevate concentrazioni, bisogna considerare sia la prolungata esposizione (e dunque l'effetto a lungo termine) sia **la combinazione di sostanze che si tramutano in miscele particolarmente malsane.**

Le conseguenze possono andare dalle allergie alle riniti-congiuntiviti, dall'asma bronchiale ad altre malattie delle vie respiratorie, da varie forme di malessere di cui non si riesce a individuare l'origine fino alla possibile insorgenza di malattie gravi.

Va aggiunto che negli ultimi decenni i metodi di costruzione degli edifici e le tecnologie contro la dispersione termica hanno

dato vita al fenomeno della cosiddetta "casa sigillata", nella quale cioè l'aria ha scarsissime possibilità di uscita. In pratica, se una volta gli spifferi e le porosità della pietra avevano quantomeno il vantaggio di assicurare un costante ricambio, oggi questo non avviene più. Allo stesso modo si è persa l'abitudine di arieggiare regolarmente i locali, banalmente perché spesso manca il tempo, la mattina prima di uscire. Un esempio di inquinante molto diffuso nelle nostre case è la formaldeide, un composto organico cancerogeno che si assume per lo più per inalazione. **È rilasciato tra l'altro da mobili in truciolato, tessuti, tappezzerie, detergenti,**

deodoranti e materie plastiche. Per fortuna, i produttori di mobili italiani in media rispettano le normative circa l'utilizzo e per creare un ambiente davvero **a misura di bambino utilizzano dei prodotti eco-compatibili ed eco-sostenibili per le loro CAMERETTE:** in pratica tutte quelle vernici che non contengono sostanze dannose per l'ambiente e le persone, quindi ecologiche perché rispettano la natura, ma soprattutto la salute. **Le pitture ecologiche o atossiche sono quindi un'ottima scelta perché è una vernice con un indice basso di COV, ovvero composti organici volatili.** I Cov sono una serie di composti chimici in grado

di evaporare velocemente, negli ambienti ristretti e al chiuso i Cov sono sempre presenti, poiché possono essere trasmessi da una grande quantità di prodotti come vernici, colle, resine sintetiche, solventi, etc.

Le camerette ecologiche garantiscono la più bassa emissione di Cov possibile e le vernici all'acqua riducono fino al 95% l'emissione di sostanze nocive per la salute: è per questi due fattori che possiamo parlare di camerette ecologiche. Prima di decidere di acquistare una cameretta pensa alla salute dei tuoi figli e preferisci dei mobili con una garanzia e una certificazione di qualità.



ARREDAMENTI

di Claudio & Luigi Gargiulo

**PER RINNOVO LOCALI
VENDITA PROMOZIONALE
SU GRAN PARTE
DELLA MERCE
IN ESPOSIZIONE**

Via del Mare 15/19 • Sorrento • tel/fax 081 8071764 • cell. 3382065411
www.lgarredamenti.it • info@lgarredamenti.it

Una poesia d'amore sincera e ben pensata potrebbe essere quello che ti serve per conquistare il cuore di chi ami. Ma come si fa a scriverne una?

Esprimi il tuo AMORE in versi



Prima di tutto vai fino in fondo ed **esprimi tutto quello che provi per quella persona**: sii preparato ad esporti totalmente. Se dai tutto di te stesso, la tua poesia sarà più sincera. **Scrivi di getto** quello che provi per quella persona e cosa è successo quando l'hai vista per la prima volta. **Scrivi quando ti sei innamorato di lei**, cosa provi pensando al futuro, o qualunque altra cosa ti venga in mente. **Cerca di scrivere una o due pagine, in modo da avere abbastanza materiale per la tua poesia.**

Per dare una struttura alla tua poesia, **pensa al tipo di relazione che avete**. Se hai difficoltà a

trovare un formato o delle idee, prova questo. **Dividi un foglio in tre sottotitoli: Come ci siamo conosciuti, Perché so di amarti, Che cosa desidero dal futuro per noi due.** Scrivi tutto quello che puoi su questi temi. Poi leggi quello che hai scritto e sottolinea quelle frasi, parole e pensieri che più attraggono la tua attenzione. Copiale su un'altra pagina, e ordinale in modo che abbiano un senso. **Gioca un po' con i vari frammenti e combinali a formare delle frasi.** Metti insieme quelli che contengono pensieri simili. Otterrai così un paragrafo coerente scritto in prosa.

Rendi la tua POESIA PERSONALE.

Usa il nome della persona amata. La tua poesia dovrebbe riflettere l'amore che c'è tra voi due. Un consiglio utile per qualsiasi tipo di poesia: "scrivila due volte, la prima volta usando il cuore, la seconda volta con il cervello".

ESPRIMI I TUOI SENTIMENTI, senza essere SDOLCINATO.

Leggi i tuoi scritti a voce alta, così da sentire quello che le tue parole esprimono. Se suscitano delle emozioni in te, allora lo faranno anche nella persona che ami.

""""Leggimigratis CONSIGLIA""""

Per un tocco ancora più romantico, scegli un bel carattere con cui scrivere la tua poesia; oppure scrivilo su un bel foglio nella calligrafia più bella che hai. Arrotolalo e chiudilo con un nastro, o mettilo in una busta speciale, o se vuoi lo puoi fare incorniciare.

Una speciale attenzione al modo in cui presenti la tua poesia, la renderà un ricordo ancora più prezioso.

Ora che hai una bozza su cui lavorare, prova uno di questi trucchetti per rendere le tue parole più immediate e vivide:

Gli avverbi ("molto" e parole che finiscono con "-mente") **indeboliscono il tuo scritto**, poiché sono come delle scorciatoie che uniscono verbi (azioni) e aggettivi (che descrivono). Invece di dire "Sei molto carina" prova con "Sei splendida"; invece di "Ti amo davvero", prova "Ti adoro." E così via.

Evita una fila di aggettivi uno dopo l'altro (per esempio,

non insistere sul "bel, perlato e smagliante sorriso della tua amata"; sottolinea invece il suo "sorriso raggianti").

Non lasciarti prendere dalla smania di scrivere delle parolone, ricorrendo ad un dizionario dei sinonimi e contrari. Ricorda il vecchio detto: "Il troppo stropia."

Tieniti alla larga dai cliché. Ecco alcuni esempi: "Ti amo più della vita stessa" oppure "Sono perduto innamorado di lei." **Se nel tuo paragrafo c'è una frase troppo comune, cerca di riscriverla in un modo genuino.**

Rendi il tuo scritto più immediato inserendo dei dettagli che descrivono sensazioni che a chi legge faranno **rivivere i momenti descritti**. Per esempio, invece di dire "I tuoi capelli avevano un profumo stupendo," puoi dire "I tuoi capelli profumavano di agrumi e vaniglia."

Se proprio non riesci a scrivere niente allora puoi citare una poesia scritta da un altro poeta. Scrivi il nome dell'autore e aggiungi una frase tipo: "Ho pensato a te quando l'ho letta."

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

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...

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

ANCHE SU 



GRAGNANO: *Dalla Valle dei Molini alla Città della Pasta*

di Domenico Camardo e Mario Notomista

Trasformazioni di un centro urbano tra il XVIII ed il XX sec.

Straordinario volume ricco e complesso, con valenze storiche, architettoniche e urbanistiche, tutt'altro che locali e campanilistiche, la sua storia parte dal ritrovamento di una pianta settecentesca dei luoghi, con meticolosa segnalazione dei vari molini attivi e soprattutto delle canalizzazione delle acque che azionavano le macine.

Vista dall'alto, oggi, la città ci appare come squarciata dal vallone poco frequentato e affidato all'incuria, mentre la pianta antica ci parla di una valle che forniva energia e sviluppo, in termini di economia odierna la possiamo paragonare ad un pozzo petrolifero inesauribile. Ma retorica a parte, la

risalita filologica porta alla spiegazione di strutture o ruderi di essi ancora visibili, toponimi e viabilità, complessi conventuali e centri obliterati, il tutto corredato da immagini storiche inedite attinte da ben sei archivi privati che corredano e completano il saggio, ecco perché **ci sono voluti ben quattro anni per la pubblicazione.**

Il taglio locale dello studio è superato da considerazioni forse non messe ben in luce, vale a dire da medievali corrispondenze con la costa Amalfitana, quella repubblica di Amalfi, oggi geopoliticamente distante, ma allora un tutt'uno.

Ricordiamo che il castello di Lettere era la retroguardia difensiva dello stato

amalfitano, l'industriosa valle delle Ferriere come la Florida valle di Gragnano, per il corso d'acqua e per la selvicoltura.

Non ha caso citiamo un bellissimo parallelismo artistico tra la chiesa di Santa Lucia a Massaquano e la tomba Rufolo Coppola nella cripta del duomo di San Lorenzo a Scala, ove un episodio dei Vangeli apocrifi viene nel primo caso affrescato e nel secondo reso in bassorilievo. **Quello che oggi viene chiamato il sentiero degli dei era un tempo strada di normale comunicazione.**

Inoltre, possiamo dire ancora che il volume va inquadrato in una più vasta operazione di rinascita della città, un ribadire e un riappropriarsi della propria identità di città operosa, in occasione del conferimento del marchio IGP alla pasta di Gragnano, il presidente Di Martino parla ai giornalisti internazionali convenuti di "posto unico con marchio protetto sia per il vino che per la pasta", e della lunga tradizione, sottolineando che si fa pasta da cinquecento anni ed oggi la si esporta in tutto il mondo.

Lucio Esposito



CHERI

Bar
Pasticceria



dal 22 febbraio apre

panino d'autore
del bar Cheri

*Insieme ai piatti sfiziosi e i panini dello chef napoletano Giovanni Agrillo
troverete 5 panini d'autore firmati dai 5 chef stellati
che hanno prestato il loro nome per questa piacevole Novità*

Dall'apertura e per tutto il mese di Marzo per chi vorrà degustare il panino d'autore,
offriamo a 7 EURO panino più birra artigianale (Il Chiostro)

*Il panino d'autore resterà aperto a pranzo accompagnato da piatti caldi
e taglieri e chiuderà la sera alle ore 1.00*



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

Concepire la vita in maniera diversa e affrontarla basandosi su schemi mentali diversi. Questa diversità tra uomo e donna si evidenzia in qualsiasi relazione con: il partner, i figli, i genitori, gli amici, i colleghi. Uno dei presupposti per una buona intesa tra universo femminile e maschile risiede quindi nella conoscenza di queste differenze.

Il fare

Se fate una domanda a un uomo che legge il giornale spesso non ottenete una risposta. La reazione sarà quella di pensare che si disinteressa di voi. In realtà non è così: lui non ha proprio sentito. **L'uomo ha infatti la caratteristica di concentrarsi su una cosa per volta**, per esempio leggere il giornale, ed escludere le altre. Quando lui è impegnato in qualcosa tende ad annullare gli stimoli estranei, perché il suo processo mentale è più canalizzato.

La donna invece, diversamente dall'uomo, elabora contemporaneamente più flussi di informazioni, per esempio programma mentalmente gli impegni di lavoro per l'indomani mentre riordina e contemporaneamente sorveglia i bambini. Lei cucina e parla al telefono, oppure si trucca e intanto

consiglia al marito cosa indossare.

Destra e sinistra

Gli uomini hanno di solito uno spiccato senso delle due direzioni: destra e sinistra. Le donne no.

Spesso la donna, per individuare la destra dalla sinistra, pensa alla mano con cui scrive, magari rappresentandosi mentalmente l'atto della scrittura.

Parcheggiare

La percezione spaziale maschile, più sviluppata

di quella femminile,

favorisce gli uomini anche nelle manovre con l'auto.

È nota invece la maggiore difficoltà che incontrano le donne quando devono parcheggiare in un luogo affollato o fare una manovra di retromarcia o inversione.

I lavori domestici

Lei spesso nelle faccende di casa usa il "colpo d'occhio" per valutare dove intervenire e le priorità da seguire. Il colpo d'occhio è ciò che fa capire all'istante a una



Uomini e donne VIVONO in due mondi diversi



donna cosa c'è da fare, appena entra in una stanza. **Le basta uno sguardo intorno e la sua mente registra dove, come, quando e perché occorre intervenire e stila le priorità.** L'approccio dell'uomo ai lavori casalinghi è di solito molto diverso. Se si applica al settore "lavori domestici" lo farà con la mente sistemica, programmando e suddividendo i lavori in un percorso logico e sequenziale.

Le istruzioni

Anche l'uso delle istruzioni è molto diverso per l'uomo e la donna. **Lui di solito si attiene scrupolosamente alle indicazioni sull'utilizzo, lei molte volte preferisce "provare", ignorando libretti di istruzioni ed eventuali raccomandazioni scritte.**

Gli interessi

Molti interessi femminili e maschili dipendono dai codici della leadership e



dell'empatia. **Nei film "al femminile", per esempio, i protagonisti sono l'uomo e la donna, lui e lei.** Le relazioni sono basate sul parlare, discutere, analizzare, cioè conoscersi in profondità. **Nei film "al maschile" i protagonisti sono invece l'uomo, lui, e il suo grande nemico da sconfiggere.** Le relazioni sono basate sulla forza, il dominio e la supremazia. Nei film per donne vi sono sempre i bambini, la famiglia, le relazioni

Uomo: la leadership

La leadership è la direzione e la guida degli altri. Un individuo viene definito leader, o capo, quando le sue idee, le sue decisioni, i suoi comportamenti e i suoi atteggiamenti influenzano notevolmente il prossimo. Questa abilità porta istintivamente ad assumere il ruolo di comando e deriva da doti naturali o dalla posizione sociale. Le persone che possiedono questa dote sono coloro che, in caso di incertezze e indecisioni, prendono in mano la situazione perché sanno con chiarezza come agire. Sono anche coloro che in caso di imprevisti o di risvolti inattesi sanno intervenire tempestivamente, per il proprio bene e per quello delle persone di cui sono responsabili. Un leader stabilisce le direttive, soddisfacendo un'esigenza di chiarezza nei compiti che ciascuno sta svolgendo: come agire e per quale scopo.

{ 34 } PSICOLOGIA

significative con gli altri. Nei film per uomini ci sono il lavoro, gli obiettivi da raggiungere, le vittorie, i nemici da combattere per raggiungere il dominio. Il finale, nei film femminili, è l'armonia delle relazioni, l'amore o la pace che ritorna. Nei film maschili invece è l'affermazione di sé con la vittoria sul nemico o la conquista degli obiettivi per cui ci si è battuti.

La realizzazione personale

Lui la associa alla competenza, all'efficienza e agli obiettivi raggiunti. **Importanti sono la condizione sociale, il rango, lo status, la professione, il prestigio, le proprietà e i beni**

La donna: l'intuizione

L'intuito è quella capacità di comprendere qualcosa in modo immediato e apparentemente senza l'aiuto della razionalità. "Sentono" un pericolo da piccoli segnali ambientali captati e registrati intorno a sé. Indovinano meglio il non detto, tengono più conto del contesto e dei linguaggi non verbali emessi dalle persone. Un esempio è la madre che da un'altra città telefona alla figlia per sapere se va tutto bene, perché "le sembrava che ci fosse qualcosa che non andava". O le amiche del cuore che si chiamano al telefono nello stesso momento.

materiali. L'identità maschile si forma in larga misura grazie alla capacità di ottenere risultati concreti. Un uomo attribuisce quindi molto valore al raggiungimento di un obiettivo. Per lui è importantissimo, perché è un modo per aumentare la stima di sé. Fondamentale è anche riuscire a farcela da solo. Quindi un insuccesso sul lavoro per l'uomo è più doloroso

rispetto alla donna. **Per lei invece la realizzazione personale dipende molto dalle relazioni che instaura con i figli, il partner, le amiche, i colleghi di lavoro, i parenti.** La cerca anche nella comunicazione, nella comprensione degli altri e nel sostegno. La donna costruisce quindi la propria identità a partire dalla qualità delle relazioni che riesce ad





instaurare con gli altri. Un insuccesso in famiglia per una donna è più doloroso rispetto all'uomo.

Sentimento e ragione

Il mondo femminile è caratterizzato dal codice del sentimento, il mondo maschile dal codice della ragione. **Lei è più vicina al cuore, la sede dell'amore e dei sentimenti. Lui è più vicino alla testa, la sede dell'intelletto e della logica.**

La lettura e ragione

La donna sceglie più frequentemente **libri o**

riviste che descrivono storie sentimentali, psicologia della coppia, posta del cuore. L'uomo invece si indirizza di più verso **letture specialistiche** come l'informatica, le prestazioni tecniche di auto o moto, la scienza, la fotografia, il fai-da-te, i prodotti tecnologici.

Cosa guardo stasera?

Alla televisione lei ama seguire **la sua fiction preferita,** dove i sentimenti, il romanticismo e la commozone sono i

protagonisti; lui invece preferisce **le partite di calcio, la politica, i programmi scientifici, i dossier sulla storia, i documentari sulla natura.**

Le emozioni

Le donne si emozionano facilmente: si commuovono al cinema, a teatro e in tutte le situazioni umane toccanti. **Gli uomini sono più razionali e distaccati:** non manifestano le emozioni con la frequenza delle donne.

Mai una carezza...

Molte donne condividono:

Uomo: la sistematizzazione

Significa affrontare la realtà cercando di comprendere razionalmente il modo in cui si verifica un evento o si attua il funzionamento delle cose, per esempio di un utensile, di un meccanismo a orologeria o di uno strumento tecnologico. L'uomo è attratto da qualunque cosa sia governata da regole: la matematica, la fisica, la chimica, l'astronomia, la musica, la strategia militare, la navigazione, l'economia.



**PER OGNI TUO
MOMENTO
DI FESTA C'E'**



**ORA SIAMO A
PIANO DI SORRENTO
AL CORSO ITALIA, 267
VI ASPETTIAMO!!!**

081 8074621 - 3348382802



«Mai una carezza, un abbraccio, una parola affettuosa... » e soffrono moltissimo per questa mancanza nei loro confronti. La donna è insoddisfatta se l'uomo adotta uno stile di comportamento freddo, senza il calore di un momento di tenerezza, piccole attenzioni, sorprese, gesti affettuosi, spazi di tempo dedicati a lei.

Purtroppo questa esigenza tutta femminile si scontra con le solide pareti dell'universo maschile: la difficoltà dell'uomo

a esprimere emozioni, a manifestare ciò che prova con gesti d'amore, tanto più in situazioni pubbliche. Un marito può essere tenero e affettuoso in casa con la moglie, nella loro sfera privata. Ed essere parimenti distaccato e riservato verso di lei in situazioni esterne: dai parenti, per strada, in luoghi pubblici.

Il desiderio

Le differenze tra uomo e donna nel comportamento sessuale si delineano già dalla fase del desiderio.

L'uomo spesso è un "cacciatore" instancabile, sempre disponibile ai rapporti sessuali. La donna, invece, si lascia maggiormente condizionare da stati d'animo e fattori psicologici, che possono riflettersi negativamente sulla sua sessualità.

L'appagamento

L'uomo, quando ha un rapporto sessuale molto soddisfacente, vive una piena gratificazione fisica e mentale. La donna, invece, anche se il rapporto sessuale è appagante, non si sente soddisfatta se il contatto emotivo col partner è scarso o assente. Mentre lui tende a identificare l'appagamento di tipo fisico con quello emotivo, lei vive la sessualità come una dimensione più affettiva.

Donna: l'empatia

L'empatia è la capacità di riconoscere i vissuti degli altri, i loro pensieri e le loro emozioni. Con l'empatia ci si sintonizza sulla stessa lunghezza d'onda dell'altra persona perché si è in grado di capire e prevedere i suoi comportamenti. «Tu sì che mi capisci!». «Mi sento bene con te, mi trovo a mio agio e posso condividere tutto di me... ».

«Grazie per tutto quello che hai fatto. Sei una persona speciale, perché pensi sempre agli altri, sei piena di attenzioni... ». Ti riconosci in queste frasi? Se qualcuno ti rivolge parole simili, significa che molto probabilmente sei una persona dotata di empatia.

Le strategie ANTICRISI

Informarsi, essere critici, condividere: ecco le parole chiave del nuovo millennio per passare all'azione e agire, con coscienza, riflettendo sul valore che diamo a noi stessi e a ciò che ci circonda. Una cosa è certa: parliamo spesso della necessità di avere più soldi, ma in realtà spesso abbiamo un brutto rapporto con i soldi.

Il caro vecchio salvadanaio

Vuoi cercare di risparmiare? In casa crea un salvadanaio, dove raccogliere monetine e banconote. Datti una meta: puoi appendere una foto delle ultime vacanze, un ritaglio del viaggio che vorresti o il desiderio da realizzare insieme alla famiglia. **Un incentivo in più per convogliare energie e denaro nel barattolo raccogli-sogni.**

Entrate e uscite

Sei in bolletta? Dividi un foglio in due e segna le entrate e tutte le uscite, giorno per giorno, mese per mese, dalla spesa al supermercato ai vestiti per i bambini. **Basterà una settimana per accorgerti**

di quante spese inutili compiamo senza rendercene nemmeno conto.

Budget doppio

La carta di credito dedicata alle spese di casa? Ottima idea: non serve aprire un nuovo conto, puoi richiedere una carta prepagata ricaricabile. **Ti servirà per pagare le bollette, fare la spesa al supermercato...** e magari accumulare qualche piccolo risparmio per un week end a sorpresa insieme.

Dividere

All'inizio del mese **impara a suddividere lo stipendio accantonando le spese necessarie per bollette e pagamenti.** Poi calcola quanto rimane e dividilo per

4 settimane: ecco ottenuto il tuo budget massimo per settimana.

Cogli l'occasione

Ami viaggiare? Usa internet per andare a caccia di occasioni. Acquista in anticipo e utilizza con carte di credito prepagate. **Compra i biglietti direttamente nei siti ufficiali delle compagnie di trasporto: non avranno costi aggiuntivi e sarà più semplice ricevere informazioni nel caso di cambi e cancellazioni.** La strategia in più: iscriviti alle newsletter gratuite e tieni monitorati i portali che ti interessano: giocherai d'anticipo, scoprendo occasioni per partire a prezzi bassi.



Quanto spendi per il superfluo?

Per acquisti come le ricariche del cellulare stabilisci un tetto massimo e... non sgarrare! **Saper dire no è importante, in ogni contesto.** Questa strategia ti consentirà di evidenziare in maniera più chiara quali sono le spese di cui spesso non ti rendi conto e su cosa puntare per limitare i costi a fine mese.

Lista della spesa

Quando vai a fare la spesa cerca di essere concentrato e presente: confronta i prezzi al chilo e scegli supermercati differenti a seconda della convenienza dei prodotti da acquistare. **Non cedere subito alle offerte: non è detto che siano davvero così vantaggiose.**

*Hai mai notato quanto oggi la gente abbia preso la pessima abitudine di fare una passeggiata.. nel più vicino centro commerciale? Per i giri domenicali scegli l'aria aperta: parti con famiglia e amici, goditi il tempo libero. **Smetti di pensare da consumatore: sei una persona.** Non hai bisogno di acquistare per assaporare la meraviglia di una giornata che valga la pena essere vissuta. Il mondo può anche essere un luogo gratuito: inizia a considerarlo così.*

Contanti. In Paesi come la Gran Bretagna di recente è stata individuata una nuova tendenza: dopo anni di carta di credito si torna a prediligere il contante, che consente di individuare e gestire in maniera più oculata il proprio budget. Quando esci di casa, prendi l'abitudine di tenere un portamonete con banconote di piccolo taglio, una trentina di euro al massimo. La carta di credito? Impara a fare come se non ci fosse: questo tenderà a ridurre il tetto massimo giornaliero e diminuire le tentazioni all'acquisto.



Centro Assistenza Plurimarche
Assistenza e Manutenzione Caldaie
Bollino Verde per Revisioni
Climatizzazione
Impianti Gas
Impianti Solari Termici e Fotovoltaici



Assistenza autorizzata
stufe a pellet
Thermorossi e Ungaro

Vuoi soluzioni più economiche ed ecocompatibili del gas con possibilità di detrazione fiscale?
Chiamaci per una consulenza Gratuita

Ti servono ricambi per la tua caldaia a pellet?
Passa dal Nostro negozio

La tua casa è troppo umida?
Prova uno dei nostri deumidificatori!

Acqua calda con meno di 0.10 cent al giorno
Scopri come fare!

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










Corso Italia, 88 - Meta (Na)
Tel /Fax 081.19259307 - Cell. 338.4695674 - e-mail gasclima@inwind.it

Ritaglia
e conserva
le ricette di

LEGGIMI *Gratis*



Per 2 persone
580 Kcal a porzione
difficoltà media
pronta in 45 minuti

LA PASTA DEL *montanaro*

Preparazione

Sbucciare lo scalogno ed affettarlo sottile. Pulire il radicchio ed affettarlo grossolanamente. Tagliare a listarelle lo speck. Tagliare la fontina a pezzettini piccolissimi. In un padellino antiaderente mettere l'olio, unire lo scalogno e farlo cuocere dolcemente a fiamma media fino a doratura. Quando si sarà ben appassito unire lo speck ed una manciata di timo. Far rosolare un minuto, quindi unire il vino bianco. Farlo sfumare ed aggiungere il radicchio. Unire una macinata di pepe, coprire e far cuocere a fiamma media fintanto che il radicchio non risulterà lucido e appassito. Lessare la

pasta in abbondante acqua salata e scolarla al dente. In un piatto da portata condire la pasta con un filo d'olio, quindi unire il Parmigiano tenendone da parte una manciata da cospargere alla fine, il sugo di radicchio e la fontina. Mescolare accuratamente gli ingredienti, quindi terminare con il Parmigiano tenuto da parte.

Ingredienti:

- 1 scalogno
- 60 g di radicchio rosso (peso al netto degli scarti)
- 50 g di speck
- 60 g di Fontina
- 2 cucchiai di olio extravergine di oliva
- Timo
- 50 ml di vino bianco secco
- Pepe nero macinato al momento
- Sale
- 120 g di pasta
- 40 g di Parmigiano Reggiano grattugiato

I suggerimenti di LeggimiGratis

Questa pasta può essere disposta in una pirofila e fatta gratinare al forno. Così può essere preparata un giorno prima e lasciata in frigorifero fino al momento di gratinarla. Ottima, se avanza, anche il giorno dopo, scaldata nel forno a 200°C per una decina di minuti. Se tende a scurirsi troppo coprirla con la carta stagnola. E' possibile anche congelarla, si conserva così per 3 mesi circa. Al momento di consumarla metterla nel frigorifero la sera prima e scaldarla al momento di mangiarla nel forno come descritto in precedenza.



Radicchio Rosso

Caratteristiche

Il radicchio rosso, ricco di potassio, calcio, fosforo e vitamina C, è una varietà di cicoria della famiglia delle Composite dal caratteristico sapore amarognolo, di cui si mangiano le foglie. La consumazione può avvenire sia a cotto, sia a crudo. Il radicchio rosso è ottimo anche grigliato, alla brace e in padella.

Il radicchio rosso deve avere forma compatta, essere pesante rispetto al proprio volume, avere le foglie consistenti e carnose, di un bel rosso vivace. Per pulirlo sarà

sufficiente eliminare le foglie esterne se rovinate. A seconda della preparazione affettare, oppure separare le foglie. Lavare accuratamente sotto acqua corrente ed asciugare con una centrifuga da insalata o tamponare con uno strofinaccio pulito. Conservare il radicchio rosso in frigorifero nello scomparto della frutta e verdura. È un ortaggio resistente che si mantiene anche 4-5 giorni. Cotti si mantengono per 2 giorni, in frigorifero, accuratamente coperti.

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

il CERVELLO *fa grandi* PULIZIE *durante* il SONNO

Trascurriamo circa un terzo della nostra vita a dormire. Ma perché abbiamo bisogno di una così gran quantità di sonno?

È ormai assodato che dormire ha per noi un'importanza vitale, che influisca sul sistema immunitario e sul nostro metabolismo. Inoltre è anche risaputo che il sonno gioca un ruolo fondamentale nell'elaborazione di ciò che abbiamo esperito durante il giorno: le informazioni importanti vengono "ancorate" alla memoria, mentre quelle irrilevanti vengono cancellate. Per quanto importantissima, i soli benefici che esso comporta non sembrano sufficienti a compensare il rischio legato alla vulnerabilità in cui ci si trova dormendo, né a spiegare adeguatamente i gravissimi sintomi che si manifestano in chi viene privato a lungo del sonno.

Le ore di SONNO:

Il numero di ore di sonno necessarie per ciascuno di noi è variabile: c'è chi è vispo e arzillo dopo appena 4 ore di riposo, ma anche chi sta bene solo se dorme almeno 9 ore. Ci accorgiamo di dormire a sufficienza se poi, durante il giorno, «funzioniamo» bene; l'importante è che il sonno non sia frammentario, perché ogni volta che ci svegliamo dobbiamo ricominciare daccapo il "viaggio" nelle diverse fasi del sonno e inevitabilmente passiamo meno tempo nel sonno profondo e ristoratore.

Di recente un team di ricercatori della University of Rochester Medical Center è riuscito a trovare una nuova risposta al perché abbiamo bisogno di dormire dalle 6 alle 8 ore al giorno: nel sonno avverrebbe una "pulizia" del cervello. Mentre dormiamo, infatti, lavora a pieno ritmo il cosiddetto sistema glinfatico (da non confondere con il sistema

linfatico), responsabile dello smaltimento dei prodotti di scarto del cervello. Tale sistema glinfatico lavora circa dieci volte più attivamente nel sonno che durante lo stato di veglia. Le tossine e i prodotti di scarto dell'attività cerebrale vengono per così dire "sciacquati via". Secondo il responsabile del team di ricerca, i risultati raggiunti da questo studio potranno

avere vaste implicazioni per la cura di malattie neurologiche quali ad esempio l'Alzheimer o il morbo di Parkinson, la cui comparsa è legata a disturbi riguardanti lo smaltimento di determinate tossine.

Un'altra sorprendente scoperta fatta nel corso della ricerca è che durante il sonno il flusso del liquido cerebrospinale negli spazi interstiziali del cervello aumenta del 60 per cento, come se le sue cellule in qualche modo si "stringessero" per permettere un lavaggio più efficace del tessuto cerebrale.

Ma non solo: hanno appurato che questo meccanismo di smaltimento dei rifiuti è estremamente energivoro: il cervello ha a propria disposizione solo una quantità limitata di energia; e a quanto pare si trova costretto a scegliere tra due diversi stati



funzionali: essere sveglio e cosciente, o addormentato e dedito alle pulizie.

Ciò spiegherebbe anche perché questo processo avviene di notte, quando non stiamo processando attivamente informazioni:

«Non puoi intrattenere gli ospiti e pulire casa contemporaneamente» spiegano i ricercatori.

Lo studio condotto sui topi (che hanno un sistema nervoso molto simile al nostro) con una particolare tecnica

di analisi microscopica, ha evidenziato come, durante il sonno, il sistema glinfatico - il "netturbino" del cervello - pompi liquor (un fluido presente nel sistema nervoso centrale) nei tessuti cerebrali, lavandoli dalle proteine tossiche accumulate durante il giorno. Questi scarti vengono reimmessi nel sistema circolatorio e inviati, come il resto delle tossine del nostro corpo, al fegato per essere smaltiti.

Forse non sapevi...

Mentre noi riposiamo un'"impresa di pulizie" si occupa di spazzare via le sostanze di scarto accumulate nei tessuti cerebrali: una protezione contro malattie come l'Alzheimer.



AESTHETIC CLUB

INFO E CONTATTI: Tel. 081/ 8086675 - Cell. 3383340638

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)**

La sicurezza su internet è un argomento piuttosto importante, spesso si sente parlare di virus o spyware ma non tutti sanno di cosa si tratta.

SICUREZZA

su internet

I pericoli a cui si è esposto quando si usa un computer e si naviga in Internet sono tanti, ma possono tutti essere ricondotti a due categorie:

perdita di dati:

virus ed altri programmi malevoli possono danneggiare il sistema operativo o cancellare documenti importanti;

furto di dati personali e truffe:

alcuni criminali tentano con ogni mezzo di sottrarre informazioni private (dall'indirizzo email al numero della carta di credito passando per le password per accedere a vari servizi in internet) ricavandone profitto.

Come ci si protegge?

Il primo passo è capire **quali sono e come agiscono i virus!** Un virus informatico somiglia ad un virus vero e proprio perché **produce danni agli organismi che colpisce** (nel nostro caso si tratta di computer) ed è in grado

scegli una PASSWORD SICURA:

Per difendersi dalle truffe informatiche, il consiglio più importante è scegliere sempre password sicure per proteggere l'accesso a tutti gli account (posta elettronica, siti che si visitano, account Facebook...). Una password solida deve avere alcune caratteristiche: deve essere lunga almeno 7 caratteri (ma di più è molto meglio), deve contenere lettere maiuscole, lettere minuscole, numeri e caratteri speciali (ad esempio £, &, %) e non deve esistere nel vocabolario. Da evitare come la peste sono le password con il nome del nipote, della moglie, del gatto, la data di nascita propria o di una persona cara...

di riprodursi infettando altri organismi. **I virus non sono altro che programmi**, esattamente come quelli che installiamo tutti i giorni sul nostro PC per scrivere documenti o ascoltare la musica. La differenza è che **si installano senza che il proprietario del computer se ne renda conto**, sfruttando falle di sicurezza del sistema operativo o la disattenzione di chi utilizza il pc.

Non credere a tutto quello che arriva per posta elettronica:

Se arrivano **email da sconosciuti**, o che promettono vincite, premi e catene di Sant'Antonio. Attenzione anche ad email in cui **richiedono l'autenticazione della carta di credito** per evitare che questa venga bloccata! Spesso ci si imbatte poi in **programmi ingannevoli**, che

sembrano essere una cosa e si rivelano tutt'altro! Un caso tipico è quello degli scareware, programmi inutili che però i truffatori cercano di convincerti ad acquistare.

Per evitare di imbattersi in questi programmi basta seguire queste semplici regole, cioè evitare programmi con:

- nome del prodotto generico
- grafica molto generica
- promesse esagerate o troppo astratte
- scarsa informazione sull'autore del software
- assenza di comunità di utenti o un forum sul prodotto
- testimonianze generiche di utenti soddisfatti.

Per evitare di venir contagiati da un virus informatico è necessario:

1 Installare un software antivirus. Ce ne sono moltissimi, e ne esistono anche di ottimi totalmente gratuiti.

2 Fare attenzione a ciò che si installa. Sarebbe buona norma leggere con attenzione tutto quello che si trova scritto durante il processo di installazione dei programmi, per evitare di autorizzare cambiamenti nel nostro pc o di installare elementi aggiuntivi non desiderati.

PCFACILE { 45 }

3 Non fidarti di persone che non conosci. Specialmente nelle chat e nelle reti sociali, diffida di chi ti consiglia link e soprattutto non accettare file da nessuno che non sia fidato: potrebbero contenere virus.

4 Tieni il tuo computer sempre aggiornato. Le versioni più recenti del sistema operativo e dei programmi che usi correggono spesso falle nella sicurezza dei computer e li rendono quindi meno attaccabili.



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



*Non solo per lavare la verdura o igienizzare il frigorifero, il **bicarbonato di sodio** è la versione economica dei più costosi prodotti di bellezza di cui non possiamo proprio fare a meno. È un ingrediente naturale da custodire preziosamente nella dispensa perché il suo utilizzo è declinabile a molti aspetti della nostra beauty-routine.*

Il tuo **ALLEATO** *di Bellezza*

Che cos'è il bicarbonato di sodio?

Si tratta di un particolare sale bianchissimo che si trova in commercio sottoforma di polvere e grani a cristallini. Tra gli svariati usi che se ne fanno, è nel beauty case che **il bicarbonato si presenta come un vero e proprio prodotto multiuso dalle grandi proprietà benefiche.**

Nell'igiene personale

■ Cinque cucchiaini di bicarbonato di sodio sciolti nella vasca da bagno sono l'apoteosi del rilassamento... un rimedio utile a rendere la tua pelle morbidissima! **Prova anche**

ad applicarlo su viso e corpo direttamente con la spugna: il risultato è quello di uno scrub naturale efficacissimo.

■ **Puoi usare il bicarbonato anche sui capelli** mescolandone un cucchiaino allo shampoo e concedendoti questa piccola coccola una volta alla settimana. Il trattamento al bicarbonato è infatti utile a rimuovere dalla chioma ogni traccia di lacca o gel.

■ **Sorriso bianco e brillante** assicurato se aggiungerai qualche **pizzico di polvere nel dentifricio di tutti i giorni.** Dopo un solo lavaggio i denti appariranno già subito più bianchi ma è importante non abusarne:

un utilizzo quotidiano può infatti rovinare lo smalto dei denti!

■ Il bicarbonato è un **toccasana anche sui piedi e gambe** perché, se abbinata a quotidiani pediluvii, può regalare sollievo in caso di gonfiore e stanchezza, ma anche sostituire il borotalco per avere sempre piedi asciutti e opportunamente deodorati.

■ Infine per la manicure, dove il bicarbonato funge da ammorbidente. Per avere una pelle morbida e unghie perfettamente pulite prima della manicure è sufficiente immergere le mani nell'acqua tiepida a cui sia stato aggiunto del bicarbonato (50 g di prodotto).

di bellezza

■ **Brufoletti, inestetismi e rossori della pelle?** Prepara una pappetta a base di acqua e bicarbonato che sia abbastanza cremosa da poter **massaggiare delicatamente e con movimento circolare sul viso perfettamente pulito**. Tieni in posa per una decina di minuti e poi sciacqua la "maschera", tamponando bene.

■ **In alternativa mettiti ai fornelli e prepara una pappetta cremosa a base di caglio di latte, qualche goccia di limone e di aceto e un paio di cucchiaini di bicarbonato di sodio:** si rivelerà miracolosa specialmente su macchie e punti neri!

■ **Se il dentifricio non basta prova a sciogliere un cucchiaino di bicarbonato in un bicchiere d'acqua.** Gli sciacqui con questo speciale tipo di collutorio aiuteranno a sbiancare, pulire e profumare denti e alito. **Se l'effetto sbiancante**

risulta però poco efficace, prova ad aggiungere alla miscela anche qualche goccia di succo di limone che agirà in profondità. Non ripetere l'operazione troppo frequentemente.

■ **Sei sfornita di deodorante o cerchi una soluzione in grado di durare a lungo, restando fresca e 'al naturale'?** Puoi usare una **soluzione liquida di acqua e bicarbonato** da spruzzare sul corpo: un deodorante naturale assolutamente a prova di irritazioni!

■ **Anche la depilazione troverà sollievo grazie all'utilizzo di questo magico ingrediente naturale. Per evitare le irritazioni post-rasatura puoi rinfrescare la pelle con acqua e bicarbonato semplicemente**



applicando degli impacchi sulla parte di riferimento, sciacquando poi con acqua tiepida.

■ **Infine i calli, da massaggiare e trattare per tempo prima di scoprire i piedi per la bella stagione.** Prepara una pasta di bicarbonato e spirito di canfora da massaggiare energicamente sulla zona colpita. Lascia in posa per quanto più possibile, risciacqua e sfrega con abbondante olio d'oliva.

PRODOTTI DI BELLEZZA FAI DA TE

!Non c'è bisogno di sprecare denaro comperando rimedi industriali, i prodotti di bellezza fai da te sono più immediati e di sicuro risultato. Detergente viso: prendete un batuffolo di cotone e 1 tazzina di latte fresco con foglie di menta. Balsamo per capelli: passare per tutta la lunghezza latte fresco o panna, lasciare agire per 15 minuti e aggiungere nell'ultimo risciacquo 1 cucchiaino di aceto.



	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										
MAR			1	2		8	9		15	16	22	23				29	30					
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						
GIU				1	2	7	8		14	15	21	22				28	29					
LUG						5	6		12	13	19	20				26	27			1	2	3
AGO			2	3		9	10	15	16	17	23	24				30	31					
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
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
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		
5	8	9	10	11	12	15	16	17	18	19	22	23	24	25	26	29	30					
3	6	7	8	9	10	13	14	15	16	17	20	21	22	23	24	27	28	29	30	31		
7	10	11	12	13	14	17	18	19	20	21	24	25	26	27	28							
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

{ 50 } OVER 60

Sono molti gli anziani che, in Italia, scelgono di accogliere un animale domestico. La presenza di un animale domestico nella casa o nella vita di un anziano è molto importante per il suo benessere psicologico, perché è fonte di stimoli; il rapporto che si crea con l'animale aiuta a rilassarsi e a distendere i pensieri, e nel caso delle persone sole, è fonte di affetto.



CANI e GATTI una compagnia per gli anziani

La scelta di un cane o di un gatto e della razza da affiancare all'anziano è cosa importante, da valutare prima della scelta definitiva. Un cucciolo, ad esempio, è pensato più per famiglie con bambini piccoli, perché questi ultimi potranno crescere insieme all'amico a quattro zampe e seguire un percorso educativo fatto di regole molto simili. L'anziano, contrariamente, **necessita di un animaletto da compagnia già svezzato ed educato, in grado di rispettare gli spazi dell'anziano e di adattarsi al suo ritmo di vita, senza sconvolgerlo troppo.** Il cane (o il gatto) va scelto, dunque, già adulto, meno bisognoso di giocare ed uscire, ma decisamente più gestibile.

il MIAO

La razza felina prediletta, di persone sole ed anziane, in questo frangente, è inoltre è molto meno sicuramente quella persiana, improbabile che il gatto faccia tranquilla, pacifica e inavvertitamente inciampare affettuosissima. La sua una persona come può invece adattabilità estrema lo rende accadere con il cane a causa adatto alla vita casalinga, ai della sua esuberanza. piccoli spazi e alla compagnia



il BAU

I cani di piccola taglia tendono a garantire più praticità nella cura e permettono al padrone di poter allestire una sistemazione direttamente in casa, per non separarsene mai. Anche i cani di taglia più grande, come i Labrador o Golden Retriever, sono preziosi alleati nelle passeggiate dei più anziani, perché aiutano nel movimento, guidano e 'aprono la strada' al passo dell'anziano, facilitandone il movimento e aspettandolo pazientemente.

I BENEFICI

Gli animali richiederanno, in ogni caso, un minimo impegno da parte dell'anziano che, comunque, **sarà sicuramente invogliato al movimento**, seppur minimo, e si sentirà invogliato a spazzolare il cucciolo, e a stargli vicino e ad accarezzarlo. Anche chi crede di non poter più svolgere certe mansioni o effettuare certi movimenti, avendo un animale vicino, si sentirà invogliato a muoversi e ad accarezzarlo, cosa che contribuirà non poco **all'abbassamento dei valori di un'eventuale pressione molto alta**, riducendo **quantitativamente** il



numero di farmaci assunti ogni giorno. Negli anziani gli animali agiscono come ottimo stimolante in caso di demotivazione, tristezza e depressione. Il fatto di prendersi cura di un animale favorisce l'autostima e il

senso di responsabilità altrimenti perso e permette, inoltre, di socializzare con altri coetanei e con chi condivide le stesse esperienze.

COFFEE SHOP
119
 DI RUSSO MICHELANGELO

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

NAUTICA SIC SIC
 Porto di Sorrento

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

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

DA 50€ FROM 50€ TO...

WWW.NAUTICASICSIC.COM

Boat Excursions to Capri, Positano, Amalfi and Ischia
 Info: 081.8072283 - 330706947 - 3357738005



Al supermercato con i **BAMBINI**

Una spesa fatta di corsa al supermercato con bambini al seguito. Il risultato è molto spesso una mamma con i nervi a fior di pelle, in preda a uno stressante e costante affanno e bambini capricciosi e urlanti che finiscono col riempire il carrello di cose inutili. È giunto il momento di cambiare le cose e magari di vivere il momento della spesa con i bambini in modo diverso, sia per te che per loro.

La maggior parte delle volte facciamo la spesa di corsa, senza guardare con attenzione i prodotti che compriamo, senza leggere le etichette e alla fine senza fare una seria valutazione critica del nostro acquisto. Eppure *si potrebbe vivere la spesa al supermercato anche come un momento di condivisione con i bambini*, nonché come un'occasione per trasmettergli delle preziose informazioni circa il valore del denaro, la qualità di ciò che mangiano ogni giorno, l'importanza di saper scegliere e distinguere,

ad esempio, la frutta e la verdura di stagione. In altre parole, *affrontare l'appuntamento con la spesa in un'ottica diversa*, ritagliandosi per l'occasione un'ora invece che i risicati venti minuti di fretta forse contribuirà anche a stemperare lo stress causato dai bambini, che notoriamente non aiutano a gestire le situazioni di tensione. In questo senso *può essere utile coinvolgere direttamente i bambini nella spesa*, insegnando loro a riconoscere una mela che va acquistata da una che va lasciata

Forse non sapevi...

Secondo un interessante studio condotto dall'Università del Minnesota, i bambini che vengono coinvolti nella spesa possono trarre giovamento da questa attività e viverla proprio come esercizio di mente e corpo, allenando: le abilità matematico-logiche: "metti cinque mele nel sacchetto per favore?" "prendi il tipo di fagioli più grandi tra questi sullo scaffale?"

i cinque SENSI:

"tocca questa mela, è matura o acerba?"

"prendi due mele rosse, tre pere verdi e qualche peperone giallo?"

la capacità di osservazione: "prendi i nostri cereali dallo scaffale?"

sul banco, oppure per raccontargli cosa sono le lenticchie o, infine, per aiutarli a orientarsi nella scelta di una confezione di formaggini (magari operata in base al prezzo, alla qualità e alla fedeltà al prodotto) di fronte a un intero scaffale pieno di formaggini di ogni prezzo e tipo.

Una volta che **avranno fatte proprie le nozioni di base** si può stilare una **piccola lista della spesa** che elenchi i prodotti che saranno gli stessi bambini a dover scegliere. In questo modo verranno responsabilizzati per

un'azione che viene delegata loro.

Tuttavia per garantire lo svolgimento della spesa nella maggiore serenità possibile è meglio **fixsare alcune regole** che vanno condivise e scritte insieme prima di andare al supermercato:

- non è permesso correre nel supermercato;
- il bambini deve restare sempre vicino ai genitori e
- non può allontanarsi;
- vanno comprati soltanto i prodotti scritti su una lista, ma il bambino può inserire nella lista della spesa due prodotti a sua scelta e così via...



Forse non sapevi...

Mentre fanno la spesa al supermercato mamma e papà dovrebbero preoccuparsi di un nuovo tipo di "sinistro": gli incidenti col carrello della spesa che porta un 'piccolo passeggero' a bordo, infatti, sono molto più frequenti di quanto si pensi. I genitori non devono distrarsi un attimo perché tutto succede in modo fulmineo: il bimbo seduto sul carrello viene attratto da qualche scatola colorata su uno scaffale mentre mamma o papà stanno decidendo poco distanti l'acquisto di un prodotto ed ecco che, protendendosi per acciuffare l'oggetto del desiderio, il bimbo cade rovinosamente dal carrello. Per evitare questi incidenti è preferibile far sedere il bambino nei carrelli con una seduta bassa, ovvero quelli a forma di macchinina, in modo tale che il bambino può giocare al suo interno ed i genitori possono distrarsi qualche secondo per fare acquisti senza dover preoccuparsi che il bambino cada per terra.

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

MODA 2014: *gli* ACCESSORI *che non possono* MANCARE

Collane, orecchini e non solo: sono gli accessori a fare la differenza e questi sono quelli che non vi potete perdere! Sono i piccoli dettagli in grado di donare al vostro outfit un tocco unico e irripetibile. Spesso a determinare il look sono proprio gli accessori che, naturalmente, seguono le tendenze.

ORECCHINI

Orecchini: earcuff e pendenti

Possono mancare forse gli orecchini? Naturalmente no! la tendenza più stravagante e dedicata alle più giovani e audaci è l'earcuff: **un orecchino che decora non solo il lobo dell'orecchio ma anche tutto il suo contorno esterno.** Se vi sembra troppo audace potete ripiegare sui classici pendenti: lunghi e vistosi la cui decorazione ricorda l'intarsio dei centrini all'uncinetto.



ANELLI

Anelli: tendenza multipli e midfinger ring

Le vostre mani fresche di manicure non possono fare a meno degli anelli che in questa stagione scoprono due nuove e interessanti forme: gli anelli multipli saranno sulle mani di tutte. **Due anelli uniti da una decorazione che si allunga quindi su due dita.** Oppure il midfinger ring: si tratta di un anello che si ferma all'altezza della seconda falange del dito. **Scegliete anelli sottilissimi, d'oro o d'argento, ma possibilmente privi di pietre grandi e vistose, difficilmente infatti si indossa da solo, ma viene accompagnato da altri anelli.** Anche gli altri anelli dovranno essere senza pietre vistosi, piatti o sottili ma mai eccessivi ed eccentrici.



COLLANE

Collane: grandi anzi, grandissime!

Le collane sono un punto fermo tra gli accessori di tendenza nel 2014, ma niente fili sottili e invisibili! La regola vuole infatti che siano grandissime: possono essere tempestate di perline o essere delle vere micro composizioni di fiori e tessuti ricamati ma devono essere evidenti! *Se si sceglie di indossare una di queste collane si deve essere certe che risaltino nel look e che si abbinino perfettamente per colori e stili!*



BRACCIALI

Bracciali: ciondoli e geometrie

I bracciali seguiranno due tendenze non trascurabili: la prima quella che vede delle **semplici catene arricchirsi di mille ciondoli** colorati e di tutte le forme che ad ogni vostro movimento tintinneranno allegramente. La seconda tendenza vuole invece **bracciali grandi con pietre che creano originali intarsi geometrici**. I bracciali sottili sono ammessi solo se indossati in grandi quantità, in modo che l'effetto finale sia comunque vistoso.

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: pianetadonnapiano@tiscali.it

 Pianeta Donna

OFFERTE VALIDE
DALL'11 FEBBRAIO
AL 2 MARZO 2014

ACQUA & SAPONE®

*Oltre la
convenienza*



San Valentino

TANTO AMORE



AL TUO RISPARMIO

www.acquaesapone.it



DOMENICA APERTO DALLE 9.30 ALLE 13.00

**PIAZZA DELLA REPUBBLICA, 19,21
PIANO DI SORRENTO (NA)**



GLISS
MASCHERA
200 ml.
ASSORTITA

€ 5,90

€ 2,41

€ 3,49



STUDIO LINE

Acquista un prodotto Studio Line

e SUBITO IN OMAGGIO le

CUFFIE STUDIO LINE



€ 4,20

€ 1,21

STUDIO LINE
MOUSSE
150 ml.
ASSORTITE

€ 2,99



SUNSIK
SHAMPOO
250 ml.
ASSORTITO

BALSAMO
200 ml.
ASSORTITO

€ 2,46

€ 0,99

€ 1,49



ACQUISTA
LA COLORAZIONE
GARNIER
BELLE COLOR
SUBITO PER TE
IN REGALO

le Ricette



BELLE COLOR
COLORAZIONE
CAPELLI
ASSORTITA

€ 7,50

€ 2,01

€ 5,49



VITALCARE
CRISTALLI
LIQUIDI
VARE TINT
50 ml.

€ 5,90

€ 1,91

€ 3,99



ERBA VIVA
SHAMPOO
500 ml.
ASSORTITO

€ 1,40

€ 0,49

€ 0,99

NUOVA
APERTURA

**CORSO ITALIA, 194
PIANO DI SORRENTO (NA)**

P

ACQUA & SAPONE

*Oltre la
Convenienza*

A&S
FAZZOLETTI
4 rotoli
cl. 12x9 pz.



€ 1,20

Regolamento
€ 0,21

€ 0,99

COTONEVE
SALVIETTE
INTIME
100% COTONE
10+2 pz.



€ 1,48

Regolamento
€ 0,49

€ 0,99

SCOTTONELLE
CARTE
IGIENICA
12 rotoli



€ 3,48

Regolamento
€ 0,49

€ 2,99
€ 3,38 kg

A&S
DISCHETTI
MAXI
100% COTONE
50 pz.



€ 1,48

Regolamento
€ 0,49

€ 0,99

COTONEVE
PULISI
ORECCHIE
200 pz.



€ 2,50

Regolamento
€ 1,11

€ 1,49

FRIA
SALVIETTE
SPORT
MEN&WOMAN
5 pz.



€ 2,50

Regolamento
€ 0,51

€ 1,99

www.acquaesapone.it



DOMENICA APERTO DALLE 9.30 ALLE 13.00

**PIAZZA DELLA REPUBBLICA, 19,21
PIANO DI SORRENTO (NA)**



MENTADENT
COLLIPORO
300 ml

€ 2,90

Risparmio
€ 1,41

€ 1,99
€ 11,39



MENTADENT
SPAZZOLINO
PLUS
2 pz

€ 1,99

Risparmio
€ 1,00

€ 0,99



AZ
DENTIFRICIO
75 ml
PROTEZIONE
FAMIGLIA
PROTEZIONE
CARIE
TARTAR
CONTROL

RICERCA

**MULTI
PROTEZIONE**

**SCUDO
PROTETTIVO**
FAMIGLIA PASTA

PROTEZIONE
FAMIGLIA
PROTEZIONE
CARIE
TARTAR
CONTROL

€ 1,98

Risparmio
€ 0,69

€ 0,99
€ 22,49



BLANX
SBIANCANTE
EXTRA WHITE
30 ml

€ 9,90

Risparmio
€ 4,95

€ 4,95
€ 100,00



BLANX
WHITE SHOCK
GEL-PEN
1,8 ml

€ 9,90

Risparmio
€ 3,00

€ 6,90
€ 100,00



**DENTO
CLEAN**
SPAZZOLINO
MEDIO/FORTE

€ 0,99

Risparmio
€ 0,24

€ 0,75

NUOVA
APERTURA

**CORSO ITALIA, 194
PIANO DI SORRENTO (NA)**

P



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



Sconto **AUTOSTRADE:** *come funziona*

L'Aiscat, l'associazione delle concessionarie autostradali, ha accolto la proposta del ministro delle Infrastrutture e dei Trasporti, Maurizio Lupi, scontando le tariffe (rincarate anche nel 2014) fino al 20%. Come richiesto dal ministro Lupi lo sconto alle tariffe autostradali parte da febbraio 2014 e vale fino al 31 dicembre 2015. Per evitare che dal primo gennaio 2016 ci si ritrovi nella stessa situazione, per i prossimi quattro mesi è stato

istituito un tavolo tecnico che valuterà il livello degli investimenti a cui è legato l'andamento delle tariffe; l'eventuale accorpamento delle tratte autostradali ed il possibile intervento sui principi regolatori. A confrontarsi su questi temi, come spiega il ministro Lupi sul suo Blog, saranno il ministero delle Infrastrutture, l'Autorità dei trasporti, l'associazione autostradale ed altri soggetti coinvolti. La percentuale di sconto varia in

base ai chilometri percorsi ed è riservato a chi farà per venti volte il percorso di andata e ritorno (40 tratte) su un tragitto definito da casello a casello per una tratta massima di 50 chilometri (50 andata e 50 ritorno). Lo sconto scenderà progressivamente dal 20 al 10% al diminuire dei viaggi sino alla soglia minima di dieci viaggi di andata e ritorno (20 tratte) sotto la quale è difficile essere definiti pendolari.

GLOSSARIO

ASSISTENZA ALLA PARTENZA IN SALITA

Il sistema prevede un sensore di inclinazione del veicolo collegato con impianto frenante e centralina del motore. Impedisce al veicolo di arretrare nelle partenze in salita mentre il piede di chi guida si sposta dal pedale del freno a quello dell'acceleratore. Quando il sen-

sore dell'inclinazione rileva che la pendenza del veicolo è tale da poter causare un suo arretramento fa sì che la pressione nel circuito frenante si mantenga anche dopo il rilascio del pedale del freno, per un paio di secondi, dando al guidatore il tempo per innestare la prima marcia e ripartire. Esistono anche sistemi che tengono anche sistemi che tengono frenata la vettura finché si rilascia il pedale della frizio-

ne. La storia dell'Hill Holder parte con quella del...freno a mano, utilizzato nelle partenze in salita, ma ha una svolta decisa con la diffusione dell'elettronica sulle automobili alla fine del secolo scorso. Il sistema ha una discreta diffusione anche su auto dal prezzo accessibile a molti. Da qualche anno è fra i dispositivi associati all'ESP. nente fondamentale.

RENAULT CLIO E

PEUGEOT 208

scalano le classifiche europee



L'Europa dell'automobile non ride certo per i risultati 2013 che mostrano una flessione dell'1,8% e ancor meno sorridente è l'anno per il Gruppo Fiat (-6,9%), ma Volkswagen Golf, Renault Clio e Peugeot 208 hanno reso felici i rispettivi costruttori con un boom di vendite. Se la classifica delle auto più vendute del 2013 in Europa stilata da Jato Dynamics non riserva sorprese per il primo posto, detenuto per quinto anno consecutivo dalla Volkswagen Golf che stravinca con 470.229 unità (+8,9%), la terza e la sesta posizione premiano due nuove entrate dell'anno appena trascorso, rispettivamente la Renault Clio a quota 287.111 (+17,6%) e

la Peugeot 208 con 239.102 pezzi consegnati ai clienti (+49,3%).

Come accade ormai dal 2011 nessuna auto italiana entra a far parte della top ten delle auto più vendute in Europa, mentre i modelli prodotti in Germania rappresentano ancora la fetta più importante del mercato auto. La Francia risponde al colosso tedesco con i due modelli già citati, mentre l'unica giapponese in classifica si conferma la Nissan Qashqai (prodotta nel Regno Unito), ancora molto richiesta nonostante l'annunciato arrivo della nuova Qashqai. L'Europa dell'auto 2013 si dimostra sempre più orientata verso le utilitarie di segmento B, men-

tre le berline e crossover compatte di segmento C riducono la loro quota percentuale. Un caso a parte è quello della BMW Serie 3, che a livello continentale sembra aver preso il posto della Passat come berlina di rappresentanza.

CLASSIFICA TOP 10 DEL 2013

1. Volkswagen Golf
2. Ford Fiesta
3. Renault Clio
4. Volkswagen Polo
5. Opel Corsa
6. Peugeot 208
7. Ford Focus
8. Nissan Qashqai
9. BMW Serie 3
10. Opel Astra



...IN PRATICA

COME SI MONTANO LE CATENE DA NEVE

Montare le catene da neve è un'esperienza che capita poche volte nella vita della maggior parte delle persone. Ma proprio per questo bisognerebbe "allenarsi" per non trovarsi in difficoltà proprio quella volta in cui si è costretti a montarle sotto la neve, al freddo e magari anche di notte. In ogni caso, prima di comprare le catene è bene verificare sul manuale d'uso e manutenzione dell'auto siano catenabili e quindi consultare il "libretto" (la carta di circolazione) per sapere quali siano le misure omologate delle ruote. La velocità massima da non superare con le catene montate è di 50 km/h e per il Codice della strada sono da tenere a bordo per legge nei tratti in cui vige l'obbligo, che sono individuati da queste ordinanze. Il costo di un paio di catene varia da 50 a 450 euro circa, a seconda che si tratti di modelli tradizionali, autotensionanti, a ingombro ridotto o con dispositivi di fissaggio particolari, che facilitano nelle operazioni di montaggio-smontaggio. Prima di tutto occorre sapere quali siano le ruote motrici della propria automobile: quelle anteriori, quelle posteriori o tutte e quat-

tro nel caso di trazioni integrali 4x4. In altre parole, bisogna sapere quali ruote sono messe in rotazione dal motore per far avanzare l'auto e di conseguenza montare lì le catene da neve, che altrimenti sono inutili. Per le auto a trazione anteriore, dunque, le catene andranno messe sulle ruote davanti, sulle ruote dietro per le trazioni posteriori e su tutte e quattro le ruote (oppure solo su quelle davanti) per le trazioni integrali. Stendete le catene a terra e fate in modo che nessuna maglia sia impigliata o accavallata. A questo punto seguite le istruzioni, anche se in generale il fissaggio inizia facendo passare dietro la ruota il grande anello di plastica che fa da struttura e unitene le estremità. A seconda del modello di catena dovreste chiudere dei ganci anche davanti alla ruota prima di mettere in tensione le maglie, oppure bloccare dei meccanismi autotensionanti, che semplificano la vita anche quando si tratta di toglierle. Prima di rimetterle a posto, lavate le catene con acqua tiepida per eliminare lo sporco e il sale che viene sparso per le strade d'inverno, dopodiché lasciatele asciugare.



F14 T

La sessantesima monoposto Ferrari correrà un Campionato del Mondo di Formula 1. Una Ferrari "strana" da vedere perché figlia della più grande rivoluzione tecnica della storia della F1. Per quest'anno il nuovo regolamento del Circus, infatti, ha imposto dei cambiamenti radicali che hanno sconvolto i canoni progettuali di tutte le monoposto. In Ferrari ci lavorano dal 2012 e lo sviluppo del progetto identificato internamente come 665, ha reso necessaria la costituzione di una nuova struttura aziendale in cui hanno lavorato tecnici e consulenti di grande esperienza. Il nome F14 T è stato scelto attraverso un sondaggio online a cui hanno partecipato oltre 1 milione di persone: il 14 rappresenta l'anno di costruzione mentre la "T" ricorda la grande novità tecnica di questa stagione, ovvero la presenza del turbocompressore nel propulsore.




Garden Bar ...non solo
sport



Via Rotabile Turro Pastena, 1 - Massa Lubrense | Tel. 081/8080595 - 3384822783

21/2
SWING
Spaghetti
Style

28/2
ORANGE
Cam Tham

IL VENERDÌ
è

ROCK
GARDEN
BAR • CAFÉ

Terrazza... Eventi



sky

- PANINOTECA
- PIZZA
- LOUNGE BAR
- ORGANIZZAZIONE DI FESTE PRIVATE
- PRIMA COMUNIONE
- COMPLEANNI



STRUTTURA AL COPERTO
PER TENNIS E CALCETTO



3 - 3395264606 - 3338862537 | www.gardenbarsport.it - info@gardenbarsport.it

7/3
ROCK
A Level

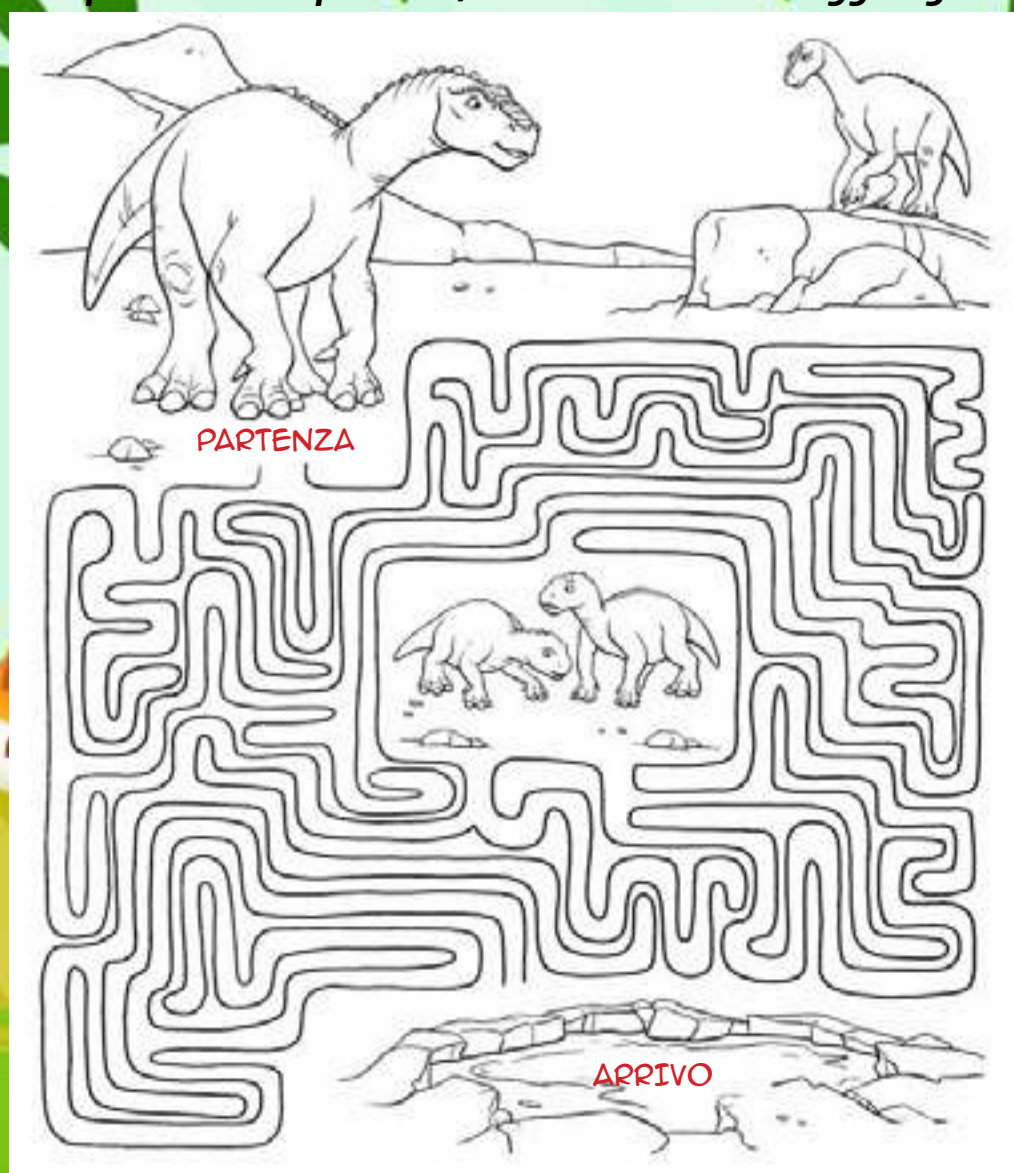
14/3
FOLK
Marco
Spiezia

MUSIC, FOOD & WINE
DALLE ORE 21:00
INGRESSO GRATUITO

Kids corner

LABIRINTO

L'acqua è un bene prezioso, aiuta i dinosauri a raggiungerla



TROVA LE 7 DIFFERENZE



SUDOKU

Indovinelli
Ha le ali, ma non le
piume, vola nell'aria
ma non cinguetta.

Soluzione: L'aereo.

Anche se ha la
coda, non gliela
pesti mai.

Soluzione: Il pianoforte.

Chi è che parla
tutte le lingue del
mondo?

Soluzione: L'eco.

REBUS E GEOGRAFIA

Le città italiane in rebus

6 NA 

7 BELL 1

1,6 L' 

Soluzioni: NAPOLI - BELLUNO - L'AQUILA

KHUMBA

Regia di Anthony Silverston. Genere Animazione, produzione Sudafrica, 2013. Durata 83 minuti circa. **Da giovedì 6 febbraio 2014 al cinema.**

Nella comunità delle zebre che vivono nel deserto di Kharoo in Sudafrica c'è un nuovo nato a cui viene dato il nome di Khumba. Il piccolo ha però una diversità: solo metà corpo è a strisce.

L'altra metà è bianca. Questo fa sì che quando sopravviene la siccità lo si accusi di esserne la causa. Venuto a sapere di una leggendaria fonte magica in cui le prime zebre apparse sulla terra si immerse per avere le strisce, Khumba parte insieme a uno gnu e a uno struzzo. In agguato c'è però il temibile leopardo Phango.



i **FILM** del mese
di **FEBBRAIO**

Cinema

THE MONUMENTS MEN

Regia di George Clooney. Con George Clooney, Matt Damon, Cate Blanchett, Bill Murray, John Goodman. Genere Drammatico, produzione USA, Germania, 2014. **Da giovedì 13 febbraio 2014 al cinema.**

Adattamento dell'omonimo libro di Robert Edsel, The Monuments Men racconta la storia di un gruppo di storici dell'arte che durante la seconda guerra mondiale rischiavano la vita in giro per l'Europa a caccia dei tesori trafugati dai nazisti che rischiavano di essere distrutti, per restituirli ai dovuti

proprietari. Sembrerebbe una missione impossibile: con le opere chiuse dietro le linee nemiche con l'esercito tedesco che ha l'ordine di distruggere tutto non appena il Reich cade, come faranno questi uomini (direttori di musei e storici dell'arte più familiari con Michelangelo che con l'M-1) a portare la missione al successo? Trovandosi in una corsa contro il tempo per evitare la distruzione di oltre 1000 anni di cultura, sono disposti a rischiare la vita per proteggere i grandi capolavori dell'umanità.

Saving Mr. Banks

Regia di John Lee Hancock. Con Tom Hanks, Emma Thompson, Colin Farrell, Bradley Whitford, B.J. Novak. Genere Commedia, produzione USA, 2013. Durata 120 minuti circa. **Da giovedì 20 febbraio 2014 al cinema.**

Quando le sue figlie lo pregano di realizzare un film tratto dal loro libro preferito

"Mary Poppins", dell'autrice P.L. Travers, Walt Disney fece loro una promessa, non immaginando che ci sarebbero voluti 20 anni per riuscire a mantenerla. Nella sua ricerca per ottenerne i diritti, infatti, Walt si trova ad affrontare un'ipocondriaca scrittrice, irremovibile nella sua decisione di non permettere che il

personaggio della sua amata e magica tata venga stravolto dalla macchina di Hollywood. Ma non appena il successo dei libri diminuisce, insieme ai guadagni, la Travers con una certa riluttanza accetta di andare a Los Angeles ad ascoltare le idee di Walt Disney per l'adattamento cinematografico.



**Il più grande trasformista
al Mondo Arturo Brachetti in:**

BRACHETTI CHE SORPRESA

16 Marzo 2014

Euro 55,00 per persona

Euro 40,00 per Bambini fino a 10 anni

la quota comprende:

La quota comprende: Bus G.T.
poltroncine A teatro- PIZZA



IL GIARDINO DI NINFA-LATINA

27 Aprile 2014

Euro 58,00 per persona

la quota comprende:

Bus G.T. - Cornetto
Ingresso ai Giardini - Pranzo



WEEK-END ALLO ZOO SAFARI DI FASANO

Dal 17 al 18 Maggio 2014

Euro 140,00 per persona

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

Euro 129,00 Adulti in 3/4 °letto

la quota comprende:

Bus G.T - Cornetto - Hotel 4****
Pensione completa (bevande incluse)
Visita guidata di Alberobello - Biglietto di ingresso allo Zoo
e Delfinario- Assicurazione

La quota non comprende:

Mance ed extra di natura personale



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

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



POMPEI

Regia di Paul W.S. Anderson. Con Kit Harington, Carrie-Anne Moss, Emily Browning, Adewale Akinnuoye-Agbaje, Jessica Lucas. Genere Storico, produzione USA, Germania, 2014. Da giovedì 20 febbraio 2014 al cinema.

La storia è ambientata nel 79 d.C. ed è incentrata su Milo, uno schiavo che vuole sposare la figlia del suo padrone, un armatore, i cui piani vengono infranti quando viene venduto ad un altro proprietario, di Napoli. Quando comincia l'eruzione del Vesuvio, il giovane schiavo torna a Pompei per salvare la sua amante e il suo migliore amico, un gladiatore intrappolato nel Colosseo.

Regia di Carlo Verdone. Con Paola Cortellesi, Carlo Verdone, Tea Falco, Fausto Maria Sciarappa, Lorenzo Richelmy. Genere Commedia, produzione Italia, 2014.

Da giovedì 13 febbraio 2014 al cinema.

Verdone interpreta un ricchissimo broker che in soli due giorni perde moglie e lavoro, finendo per convivere con due figli e una nipotina di colore. L'uomo si troverà così di fronte alla difficoltà di adattarsi e reinventarsi in un mondo che cambia velocemente e che non assomiglia più a quello in cui è nato e cresciuto.



LEGO MOVIE

Regia di Phil Lord, Chris Miller, Chris McKay. Genere Animazione, produzione USA, Australia, 2014. **Da giovedì 20 febbraio 2014 al cinema.**

Emmet, un pupazzo LEGO ordinario, ligio alle regole, e del tutto comune viene erroneamente identificato come una persona dai poteri straordinari, la figura chiave per salvare il mondo. Coinvolto da un gruppo di sconosciuti, in una missione epica nel tentativo di fermare un tiranno malvagio, sembra un'avventura senza speranza per Emmet, che lo coglie decisamente impreparato.

UNA DONNA PER AMICA

Regia di Giovanni Veronesi. Con Fabio De Luigi, Laetitia Casta, Valeria Solarino, Monica Scattini, Geppi Cucciari. Genere Commedia, produzione Italia, 2014. **Da giovedì 27 febbraio 2014 al cinema.**

Francesco e Claudia sono belli, giovani e molto amici. Lui è un avvocato, impacciato e spiritoso. Lei fa la veterinaria, un'anima libera e anticonformista. Tra loro non ci sono segreti, ma quando nella vita di Claudia arriva Giovanni e lei decide di sposarlo, Francesco si accorge che l'amicizia fra uomo e donna è più complicata del previsto. Equivoci, sentimenti e grandi risate nell'etero incontro-scontro tra uomo e donna.



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:





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

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

SORRENTO, centrale, tranquillo, signorile, rinnovato: ingresso, soggiorno, 2 camere, studio, cucina, doppi servizi, veranda, terrazza, giardino attrezzato. RIF. A419 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. A439 a.c.e./G



SORRENTO, Priora, appartamento panoramico: ingresso-disimpegno, soggiorno, 2 camere, cucina abitabile, doppi servizi, balconata. RIF. A476 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. A454 (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. Completa-



mente da rinnovare. RIF. V587 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, terrazzo. RIF. A414 a.c.e./G

SANT'AGNELLO, collina, tranquillo, ottima esposizione, vista mare, antico fabbricato semi-ristrutturato, bilivelli, divisibile, mq.160 coperti, terraz-

za, cortile, giardino. RIF. V602 a.c.e./G

SANT'AGNELLO, nella graziosa località dei Cappuccini, a pochi metri dal mare in caratteristico e signorile fabbricato d'epoca, vendesi soleggiato appartamento bilivelli composto da soggiorno con angolo cottura, due camere, doppi servizi. RIF. A384

PIANO DI SORRENTO, Colli S. Pietro, in un'antica residenza nobiliare, ampio parco panoramico, con alberi secolari, vendesi appartamento semindipendente composto da soggiorno con angolo cottura, due camere, camera in ammezzato, bagno ed antistante terrazzo. Parcheggio e possibilità di ristorante e piscina con solarium a pochi metri. RIF. A452

PIANO DI SORRENTO, Colli di S. Pietro, in posizione tranquilla, sul Golfo di Salerno, vendesi porzione di fabbricato con ingresso indipendente, su vari livelli, composta da: soggiorno, tre ampie camere, servizi, grande terrazza panoramica, ampio cortile carrabile. RIF. V647

PIANO DI SORRENTO, Colli di S. Pietro, a pochi metri dal Nastro Azzurro, comodo accesso, vendesi fabbricato bifamiliare con circostante e curato giardino (uliveto e frutteto), pianeggiante su ampi terrazzamenti. RIF. V 671 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



PIANO DI SORRENTO, Trinità, tranquillo, moderno, soggiorno con camino, 2 ampie camere, cucinettino, doppi servizi, terrazzi, ampio cortile e posto auto coperto. RIF. A484 a.c.e./G

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

META, centrale, d'epoca, tranquillo, rinnovato: soggiorno con angolo cottura, 2 camere matrimoniali, 3 bagni, lavanderia, doppio ingresso. RIF. A481 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, collina, panoramico, signorile, soleggiato, semindipendente: soggiorno, 2 camere, pluriaffacciato, terrazze attrezzate, giardino, dependance, camera, bagno, cucina estiva. Ampio e comodo parcheggio chiuso privato. RIF. A464 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

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 ed a breve distanza dalla Circumvesuviana, vendesi grazioso appartamento rinnovato, composto da soggiorno con angolo cottura, camera con spogliatoio, bagno e terrazzino panoramico RIF. A391b

LOCALI E CESSIONI SORRENTO E PENISOLA SORRENTO E PENISOLA, cedesi varie tipologie di attività, in ottime posizioni commerciali.

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
Uffici amministrative: 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 - Termini - soluzione indipendente panoramica di circa mq.60 con annesso giardino di circa mq. 1500 con posti auto. Completamente da ristrutturare € 260.000,00 trattabili (autorizzazioni lavori già autorizzate)

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 cameretta, 2 bagni balconata panoramica, ampio spazio esterno pavimentato e tre posti auto. Completamente e finemente ristrutturata e termoa autonomo € 480.000,00 trattabili

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi - zona centrale soluzione semindipendente di circa mq. 90 composta da: ingresso, cucina, soggiorno, 2 camere da letto, 2 bagni, terrazzo e livello e box auto. € 360.000,00 trattabili

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi - appartamento in parco al piano terra composto da: ingresso, cucina, 2 camere da letto, 1 cameretta, 2 bagni, soggiorno, posto auto esterno non ampio spazio esterno a livello. € 360.000,00 discrete condizioni

Massa Lubrense - Termini - soluzione indipendente panoramica di circa mq.60 con annesso giardino di circa mq. 1500 con posti auto.

Completamente da ristrutturare € 260.000,00 trattabili (autorizzazioni lavori già autorizzate)

LOCAZIONI

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.

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi - zona centrale locale commerciale fronte strada di circa mq.30 € 750,00 mensili trattabili

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

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

**pubblicità
grafica
marketing**

“la pubblicità è uno sporco lavoro,
ma qualcuno dovrà pur farlo”

email: dipil@libero.it
info:

380.3571772

dipil 
agenzia pubblicitaria



MACELLERIA

De Simone Giovanni

MACELLERIA
De Simone

Solo Qualità

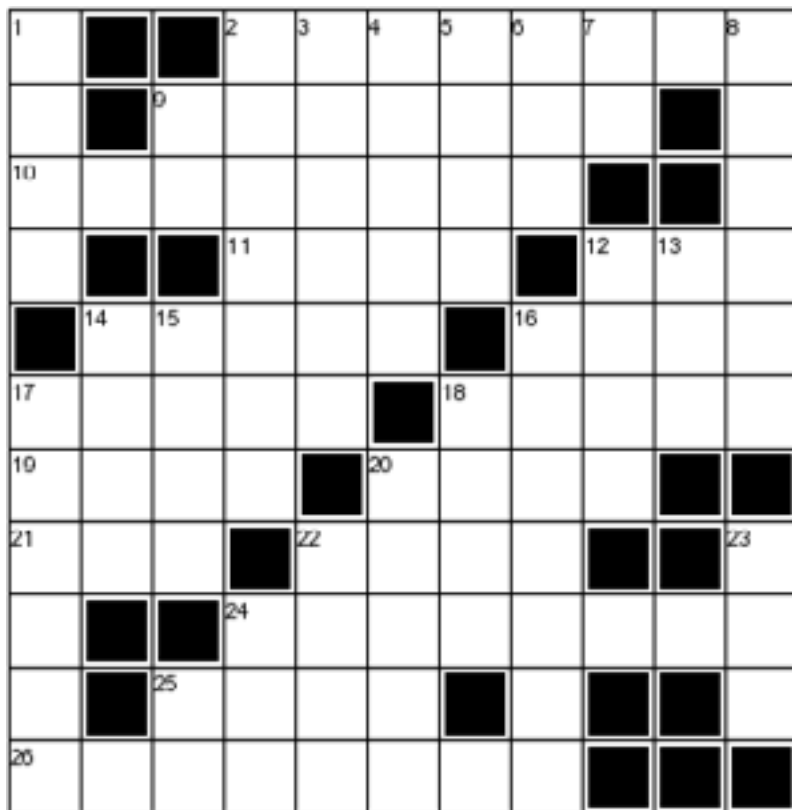
**carni macellate fresche
salami di produzione paesana**

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





CRUCIVERBA



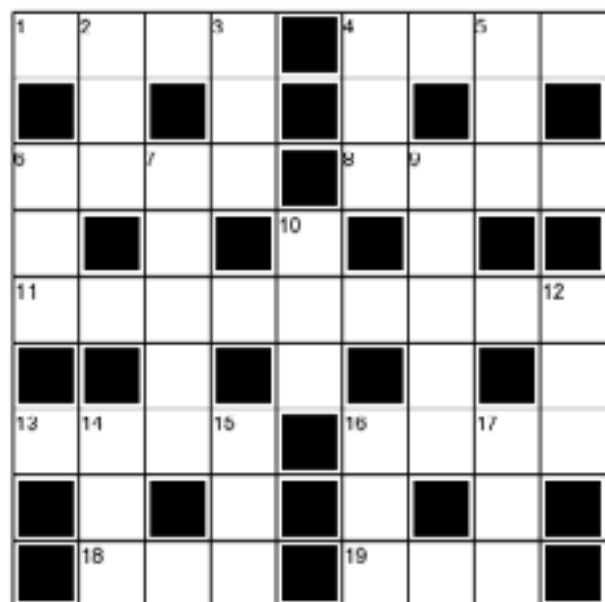
Orizzontali

2) lo sono i polli piu' gustosi 9) comune in provincia di caltanissetta 10) calamitoso, cupo 11) la mata nota spia 12) tipo di furgone 14) celie, scherzi 16) li cacciano i barbagianni 17) un fiume dantesco 18) il padre d'achille 19) joel ed ethan del cinema 20) isola indonesiana, nota meta turistica 21) prima di "hura" 22) batte la doppia coppia 24) hanno la paternita' delle opere 25) all'essenziale, al dunque 26) un vincitore... inatteso

Verticali

1) mantenere 2) parte intermedia dei corsi d'acqua 3) abituale 4) punteggio conseguito dai giocatori nel bridge 5) attrezzi da palestra per rinforzare il fisico 6) e' inefficace senza esca 7) tunica in centro 8) antica citta' dell'asia minore tra nicea ed antiochia 9) piantone nel mezzo 12) sono noti quelli pindarici 13) si vendica pungendo 14) sanno stare al... giogo! 15) united nations environment programme 16) satelliti artificiali 17) membro circolare del capitello dorico e ionico 18) coppie di... calze 20) il pane di blair 22) haydn ne compose 194 23) associazione italiana sommeliers 24) centro universitario sportivo 25) qanat...agli estremi

CRUCINUMERO



1.[5] verticale piu' 9213

4. $3200 + 2214$

6. Somma dei divisori di 7636

8. 1259×5

11. $C(40, 10)$

13. $2599 + 99$

16. Trova un numero il cui doppio eccede la sua meta' di 12714

18. numero il cui quadrato e' uguale a 38127 piu' 466 volte il numero

19. Divisore di 2925

Verticali

2.[6] orizzontale meno 6162

3. numero il cui quadrato e' uguale a 41184 piu' 142 volte il numero

4. numero il cui quadrato e' uguale a 20746 piu' 465 volte il numero

5. $1/26$ di 3874

6. 50% di 1216

7. 611×119

9. Trova un numero il cui doppio eccede la sua meta' di 35256

10. numero il cui quadrato e' uguale a 39440 piu' 379 volte il numero

12. Divisore di 3344

14. 50% di 1330

15. Divisore di 2571

16. $1/3$ di 2487

17. 25% di 2860

SUDOKU

LIVELLO DIFFICOLTÀ: FACILE

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

SUDOKU

LIVELLO DIFFICOLTÀ: DIFFICILE

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

L'amore cieco

Si racconta che un giorno si riunirono in un luogo della terra tutti i sentimenti e le qualità degli uomini. Quando la noia si fu presentata per la terza volta, la follia, come sempre un po' folle, propose: "Giochiamo a nascondino!". L'interesse alzò un sopracciglio e la curiosità, senza potersi contenere, chiese: "A nascondino? Di che si tratta?"

"È un gioco, - spiegò la follia - in cui io mi copro gli occhi e mi metto a contare fino a 100 mentre voi vi nascondete e, quando avrò terminato di contare, il primo di voi che scopre prenderà il mio posto per continuare il gioco." L'entusiasmo si mise a ballare, accompagnato dall'euforia. L'allegria fece tanti salti che finì per convincere il dubbio e persino l'apatia alla quale non interessava mai niente... Però non tutti vollero partecipare: la verità preferì non nascondersi (perché, se poi alla fine tutti la scoprono?), la superbia pensò che fosse un gioco

molto sciocco (in fondo ciò che le dava fastidio era che non fosse stata una sua idea) e la codardia preferì non arrischiarsi.

"Uno, due, tre..." cominciò a contare la pazzia. La prima a nascondersi fu la pigrizia, che si lasciò cadere dietro la prima pietra che trovò sul percorso, la fede volò in cielo e l'invidia si nascose all'ombra del trionfo, che, con le proprie forze, era riuscito a salire sulla cima dell'albero più alto.

La generosità quasi non riusciva a nascondersi: ogni posto che trovava le sembrava meraviglioso per qualcuno dei suoi amici. Che dire di un lago cristallino? Ideale per la bellezza. Le fronde di un albero? Perfetto per la timidezza. Le ali di una farfalla? Il migliore per la voluttà. Una folata di vento? Magnifico per la libertà. Così la generosità finì per nascondersi in un raggio di sole.

L'egoismo, al contrario, trovò subito un buon nascondiglio, ventilato, confortevole e tutto per sé, la menzogna

si nascose sul fondale degli oceani (non è vero, si nascose dietro l'arcobaleno), la passione e il desiderio al centro dei vulcani. L'oblio... non mi ricordo... dove?

Quando la follia arrivò a contare 99 l'amore non aveva ancora trovato un posto dove nascondersi poiché lì trovava tutti occupati, finché scorse un cespuglio di rose e alla fine decise di nascondersi tra i suoi fiori.

"Centο!" - contò la follia, e cominciò a cercare.

La prima a comparire fu la pigrizia, solo a tre passi da una pietra. Poi udì la fede, che stava discutendo con Dio su questioni di teologia, e sentì vibrare la passione e il desiderio dal fondo dei vulcani. Per caso trovò l'invidia, e poté dedurre dove fosse il trionfo. L'egoismo non riuscì a trovarlo: era fuggito dal suo nascondiglio, essendosi accorto che c'era un nido di vespe. Dopo tanto camminare, la follia ebbe sete, e nel raggiungere il lago scoprì la bellezza. Con il dubbio le risultò ancora più facile, giacché lo

trovò seduto su uno steccato senza avere ancora deciso da che lato nascondersi.

Alla fine trovò un po' tutti: il talento nell'erba fresca, l'angoscia in una grotta buia, la menzogna dietro l'arcobaleno, infine l'oblio, che si era già dimenticato che stava giocando nascondino. Solo l'amore non le appariva da nessuna parte. La follia cercò dietro ogni albero, dietro ogni pietra, sulla cima delle montagne. Proprio quando stava per darsi per vinta scorse il cespuglio di rose e cominciò a muoverne i rami, quando, all'improvviso, si udì un grido di dolore: le spine avevano ferito gli occhi dell'amore...!

La follia non sapeva più che cosa fare per disculparsi: pianse, implorò, domandò perdono...arrivò fino a promettergli di seguirlo per sempre.

L'Amore accettò le scuse. Da allora l'Amore è cieco e la Follia lo accompagna sempre.



PRO TOUCH



PRO TOUCH

INTIMO TERMICO

- **ISOLAMENTO TERMICO**
tessuto tecnico progettato per trattenere il calore
- **MASSIMA TRASPIRAZIONE**
lavorazione a maglia per la dispersione del sudore
- **COMFORT SENZA CUCITURE**
per limitare l'attrito e prevenire le irritazioni

19,95^{euro}



solo nei negozi
INTERSPORT

SKIPPERSPORT®

euforie

INTERSPORT®

SPORT TO THE PEOPLE

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

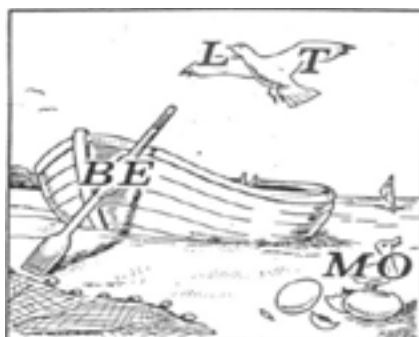
CRUCIPUZZLE

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

EFTE CADENZA
 UREO SENSATO
 BIOS CEFFONE
 ATTA ARBUSTO
 COLA GUSTARE
 PAPA MENSILE
 ANSA FRAGOLA
 CAOS BISTROT
 DOMI PARACERA
 PIRITE
 ADELFE
 LESENE



REBUS



SOLUZIONI

Soluzioni:
 Rebus: Vasta Sala - Bere molta limonata



Garden Bar
... non solo sport

1° torneo di Play station

FIFA 14

1 VS 1
Formula a gironi

1°Premio Play Station 4

2°Premio cena x2 Rist. "Tico Tico"

3°Premio 1h di calcetto

Iscrizione + Consumazione

10 €

Le iscrizioni termineranno il 20 Febbraio

Il torneo avrà inizio Lunedì 22 Febbraio



PRE
UNCA

www.pren

Centro

in questo centro puoi p



Evita l

Prenota i

Scopri gli sconti last m

La Gazzetta
Tutto il rose

da oggi puoi p

- Pizzeria e
- Lounge
- Scuola Calcio
- Camp
- Play
- Rice
- Feste scolastiche e
a partir
- Prime Comunio

**NOTA
CAMPO**

notauncampo.it

Partner

prenotare i campi online

e telefonate

in un click

È facile e veloce

inute

dello Sport
della vita

prenotare online!!!

Bar Paninoteca
Bar e Sky
Scuola Tennis
Coperto
Station
evimenti
e compleanni bambini
e da 10 €
ni a partire da 30 €

Associa lo sport al gusto

**COUPON
FREE
PIZZA**

Pizza Margherita o Panino a scelta
valido per una sola persona
da consumiarsi presso i club affiliati al giorno della promozione

Offerta lancio "coupon FREE PIZZA"

Dal 26 Gennaio al 30 Marzo

Prenota un campo !!!

Vi offriamo il coupon "Free Pizza" x tutti i Partecipanti

Promozione valida nelle seguenti fasce orarie :

Lun - Ven dalle ore 9,00 alle ore 18,00

Sab - Dom dalle ore 9,00 alle ore 22,00



Agenzia di Sorrento di Giardullo & C. S.a.s.
Corso Italia, 220 Sorrento Tel. 081 8784216 Fax 081 8771315
Piano di Sorrento Piazza della Repubblica, 35/ bis Tel. 081 5322899
Meta Via Cassari, 2 Tel. 081 19185190
Sant'Agnello Corso Italia, 39 Tel. 081 8773735
Massa Lubrense Via Partenope, 8 Tel. 081 8789061

Allianz 1

abbonati
alla serenità®

Antonino, 40 anni, impiegato di Napoli, ha scelto

la protezione di Allianz1 a: **44 €/mese**

PROTEZIONE 14 €/mese	INVALIDITÀ PROTEZIONE 10 €/mese	FAMIGLIA PROTEZIONE 3 €/mese	STIPENDIO PROTEZIONE 2 €/mese
STIPENDIO IN CASO DELLA CRISI 6 €/mese	STIPENDIO IN CASO DELLA CRISI 3 €/mese	STIPENDIO IN CASO DELLA CRISI 5 €/mese	

Scopri Allianz1: la nuova soluzione su misura che protegge tutto ciò che ami con una piccola spesa mensile. Componi la formula più adatta a te, scegliendo fra 13 moduli assicurativi, proprio come ha fatto Antonino.

Ti aspettiamo in agenzia.

Abbonati alla serenità.

Allianz 



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 svezzato. 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

Affittasi camere per brevi e lunghi periodi a Piano di Sorrento. Tel. 3338078926

Donna anziana cerca mini appartamento bilocale o monolocale in affitto massimo € 300,00 mensili. Tel. 081-8788399 - 3921064370

Torre del Greco fittasi uso uff. Studio o abitativo, monolocale mq35 p.terra, zona centrale a 150 mt Circumvesuviana. Tel. 3278495141

Sant'Agnello centralissimo ed a pochi passi dalla vesuviana, fittasi stanza con bagno ed ingresso per uso ufficio. Prezzo conveniente. Tel. 3389459467

Località Piano di Sorrento, zona collinare, vendo locale deposito mq. 65 totali, comodo accesso, servizi, da ristrutturare. Tel. 3393556691

Fittasi box auto Via Cavottolo

18/36 mq 2°, piano interrato a Piano di Sorrento. Tel. 0815322429 ore ufficio

Castellammare di Stabia centrale vendesi appartamento in fase di ristrutturazione bilocale. Tel. 3381247855

Vendesi appartamento moderno al centro di Piano di Sorrento al secondo ed ultimo piano composto da ingresso, ampio soggiorno, due camere da letto, cucina abitabile, due bagni, due ampie balconate, riscaldamento autonomo c.e.g. no agenzie altre informazioni e foto sul sito www.clickcase.it

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 € 1.000,00 mensili no agenzie ed intermediari. Tel. 3384934292
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 sotterraneo 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

Piano di Sorrento zona centrale fittasi box a prezzo interessante. Tel. 0818787297

Meta di Sorrento fittasi appartamento per brevi periodi anche week end e settimane prezzo interessante. Tel. 0818787297

Fittasi box auto/deposito Via

Cavottone a Piano di Sorrento circa 70 mq totale. Tel. 3288694518

Cercasi appartamento monolocale per affitto massimo posso pagare € 350,00. Zona Piano di Sorrento, Meta, Castellammare di Stabia, per singol. Tel. 3343551988

Fittasi box auto 64 mq (3-4 posti auto) Via Cavottolo in Piano di Sorrento. Tel. 3288694518

Sant'Agnello (Trasaelle) affittasi con contratto regolare un panoramico appartamento composto da: due camere da letto, cucina abitabile, bagno, terrazzo panoramico, giardino e posto auto. Tel. 0818787297 / 3339256907

Sorrento - Meta fittasi appartamento per brevi periodi: week end, settimane e vacanze. Tel. 3339256907

Afragola Piazza Municipio fittasi appartamento in palazzo storico (Palazzo Migliore), 3 vani, 90 mq circa composto da: 1 bagno, cucina in corridoio che si apre su ampia balconata, porta blindata, persiane blindate, termoautonomo, buone condizioni, secondo piano, no ascensore, no posto auto, no agenzie. Canone di locazione mensile € 400,00 mensili, minime spese condominiali. Tel. 3356845802

S. Maria di Castellabate fittasi mese di agosto appartamento vicino spiaggia ogni confort parcheggio ottimo prezzo. Tel. 3337952003 no perditempo

Affitto locale commerciale libero da oggi a Capri di 33 mq per informazioni chiamare dopo le 17. Tel. 3386558298

Affittasi appartamento sopralcato

a pochi passi dal centro di Vico Equense composto da: salone con sopralco/camera, cucina e bagno. Panoramico. Tel. 3924054378

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., finemente già ristrutturato. Sito in Viale dei Pini, al piano terra. Canone mensile di locazione a € 500,00. Tel. 3382284663

Fittasi posti auto esterni coperti e interni. Tel. 333 6122081 - 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. Semiarredato, 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 se case non umide e a lungo periodo contrattuale. Tel. 3282050610

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 Sylvania, appartamento 70 mq su due livelli termoa autonomo, 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

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, termoa autonomo, € 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. 0815522429

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

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 referenziazi Tel. 3203506581

Fittasi appartamento in S. Agnello

composto da cucina, soggiorno, camera da letto e bagno. Tel. 3392841446

Fittasi a Sorrento zona Casarano 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

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 annuo 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

TARVISIO: residence Camporosso vendo in residence 5 posti letto, vicino funivia, centro paese, supermercato, 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, terrasse, completamente attrezzato con riscaldamento, cucina, stoviglie, biancheria ecc. , due settimane: ultima di gennaio + prima di febbraio. Prezzo € 30.000,00. Tel. 0818788301 dopo le ore 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 SIGORILE 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

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

ENAP *SCUOLA*

dal 1984 ... al servizio dei giovani



UNISU
Università del Sud
NICCOLÒ CUSANO

**LAST
SECOND**

...IN RIFERIMENTO ALL'AGGIORNAMENTO
DEL PERSONALE A.T.A. 3A FASCIA D'ISTITUTO
L'ENAP SCUOLA RICORDA CHE:



**CORSO DI
OPERATORE
di COMPUTER**

Autorizzato dalla Regione Campania
(art. 14 legge 845 del 21.12.78)

Autorizzato dalla Regione Campania
(art. 14 legge 845 del 21.12.78)

**= 2,5
PUNTI**

**AFFRETTATI CERTIFICA LE
TUE COMPETENZE**

N. B.: I corsi possono anche essere conseguiti singolarmente

Castellammare di Stabia: Via Simmaco, 1 - ☎ 081.872.70.48 - 081.870.58.40
Torre del Greco: Via Marconi, 27 - ☎ 081.881.46.75 - www.enapscuola.com

RECUPERO ANNI : RAGIONERIA - GEOMETRA - ALBERGHIERO - TECNICO - MECCANICO

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

Vomero alto adiacente mare 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

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 moncamera 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 comfort. 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 arredato, 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

Corsi

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

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

Laureata in lingue letterature impartisce lezioni private in inglese, spagnolo e francese nonché materie umanistiche per alunni di scuole medie e superiori. Zona Sorrento/S. Agnello Tel. 3393392468

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. Tel. 3298896985

Laureanda in lettere moderne, con esperienza impartisce lezioni private per bambini di scuola primaria, media e superiore. Tel. 3341638954

Corso di spagnolo intensivo € 15,00 a lezione 1-2 ore madrelingua a Sorrento. Tel. 3398758797

Laureata impartisce lezioni di diritto ed economia, economia aziendale per il triennio e materie umanistiche. Tel. 3392654751

Madrelingua spagnolo si offre per ripetizione di spagnolo e preparazione in lingua per l'esame di guida turistica. Tel. 3391674176

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 lezioni private di diritto per preparazioni esami universitari (facoltà di Giurisprudenza) e per scuole superiori. Zona Sorrento centro Massima serietà. Tel. 3394095882

Effettuo doposcuola scuole elementari e medie. Ambiente familiare. Prezzo modico mensile. Laurea in Lettere. Serietà e competenza. Zona Piano di Sorrento. Tel. 3315451600

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

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. 33388182469

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

Elettronica

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

Vendesi obiettivo Nikon 38/80 € 200,00. Tel. 3282693401

Vendo Zodiac ricetrasmittente 27 gb mhz veicolare 12 volts - come nuovo - scatola e istruzioni € 100,00. Tel. 3282693401

Karaoke X Computer. Allieti le tue serate trasformando il PC in karaoke professionale con 140.000 basi karaoke aggiornatissime € 60,00. Tel. 3407365074

Vendo PSP quasi mai usata con due giochi, al prezzo di € 30,00. Tel. 3381203014 o 3396390026

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

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

Ristorante in Sant'Agnello cerca aiuto cuoco e aiuto cameriere per nuova stagione lavorativa. Anche prima esperienza. Si richiede massima serietà e volontà. Tel. 0818772234

Sono una ragazza di 33 anni sposata effettuo lavori di stiratura a domicilio una volta la settimana per € 5,00 l'ora. Tel. 3385672799

Parrucchiere massima serietà e professionalità propone a prezzi interessanti i seguenti pacchetti: (piega €8,00); (taglio € 10,00); (colore € 12,00); (mesh+piega €32,00). Tel. 3298834157

Falegname effettua qualsiasi lavoro inerente al proprio settore: costruzioni nuovi mobili, montaggio porte ed infissi, cambio vetri e serrature, manutenzione e riparazioni. Preventivi gratuiti, massima serietà. Tel. 3331019267

Parrucchiera di 21 anni con 5 anni di esperienza, offre presso il vostro domicilio: shampoo-piega-colore -meches-taglio base. Il tutto a prezzi molto interessanti. Tel. 3386795869

Sarta esegue aggiusti, pieghe, cambio zip, etc, Sorrento e limitrofi. Tel. 3338591725

Giovane diplomato ragioniere e perito commerciale, laureando in Economia cerca occupazione in qualsiasi settore compatibile ai propri corsi di studio. Tel. 3338173139

Cerchiamo addette alle vendite per negozio di abbigliamento in Sorrento, anche prima esperienza! Inviare il proprio C.Vita a: Meeeg@katamail.com

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

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

Cerco truccatrice il mese di maggio a domicilio, prezzi modici. Tel. 3317260804

Sono una signora di Meta di Sorrento cerco lavoro come badante x signora di notte in casa oppure in ospedale in penisola sorrentina. Massima serietà, no perditempo. Chiamare a qualsiasi ora. Tel. 3337956803

Ragazza 39 anni esperienza spesso studi commercialisti cerca lavoro in penisola Sorrentina e o zone limitrofi. Tel. 3469532887

Ragazza 23enne cerca qualsiasi lavoro purché onesto per aiutare la famiglia. Disponibilità dalla mattina al pomeriggio. Tel. 3318581599

Parrucchiere massima serietà e prodotti di qualità: propone lavoro a domicilio piega + shampoo +colore €20,00. Tel. 3389284863

Sono un signore di meta di Sorrento, cerco lavoro tutto fare anche badante a un signore anziano in casa oppure in ospedale. Massima serietà, no perditempo, chiamare qualsiasi ora. Tel. 3348791198

Cerco lavoro come commessa, pulizie domestiche, baby sitter o altro. Disponibilità immediata possibilmente solo di mattina. Tel. 3317260804

Signora italiana cerca lavoro in penisola sorrentina come governante e babysitter e dama di compagnia. Tel. 3312627243

Ragazza ventenne cerca lavoro come commessa / baby sitter / doposcuola (no bella presenza se importa) massima DISPONIBILITÀ, SERIETÀ E EDUCAZIONE diplomata al liceo sociopsicopedagogico possibilmente tra Meta, Piano, Sant' Agnello massimo Sorrento. Disponibile tutti i giorni sia mattina che pomeriggio. Residente a Piano. Tel. 3463569870

Signora seria e qualificata cerca

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

Operatrice del Benessere svolge trattamenti per tonificare e depurare corpo e mente dalle tossine e dallo stress accumulato! Massaggi e tecnica anticellulite. Tel. 3338188612

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

Parrucchiere da uomo offresi servizio a domicilio come barbiere e taglio uomo a prezzi molto modici. Tel. 0818087094 / 3465874408

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

Ragazza responsabile, in possesso di titolo di preparazione per l'infanzia, offresi come babysitter, preparazione anche presso asili nidi privati. Tel. 3481021066

Signora italiana di Sorrento cerca con la massima urgenza e serietà lavoro come addetta alla lavanderia, tutto fare o aiuto cuoca. Ottime referenze documentabili da Capri offro massima disponibilità serietà e versatilità di orari. Tel. 3341757789

Ragazza seria, affidabile, lavoratrice, offresi per lavori di pulizia d'uffici, colf, condomini, esperienza nel settore. Tel. 3481021066

Ragazzo serio, affidabile, offresi per servizi di pulizia di condomini piccoli e grandi. Esperienza maturata nel settore per 5 anni. Tel. 0818087094/3465874408

Cuoco caprese autodidatta esperienza ventennale tra Capri, Saint - Tropez, Parigi in grado di gestire perfettamente la cucina mediterranea in tutte le partite. Ho avuto la possibilità di sperimentare per 3 anni come cuoco e maggiordomo in due note famiglie italiane e sono in grado anche di svolgere tutte le mansioni domestiche. Sono serio,

umile, educato e di buona cultura, cerco lavoro nel settore della ristorazione o in famiglie private. Sono libero da impegni familiari non bevo e non uso droghe. C.v. documentabile. Tel. 3394514773

Cercasi signora affidabile, seria, coscienziosa da inserirsi in famiglia come collaboratrice domestica ed assistenza anziani anche 24h. No perditempo. Zona Capri. Contattare dalle h. 19.00 alle 20.00. Tel. 3477037918

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

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

Signora italiana seria, di buona cultura, dinamica, patentata cerca lavoro presso famiglie per gestione casa e/o agriturismo. Zona: Penisola Sorrentina e/o Napoli. Tel. 3331098241

Parrucchiera con diploma triennale e vasta esperienza nel settore, offresi per pieghe, colori, tagli, acconciature, servizi make up, trucco base, trucco sposa, servizi estetici: sopracciglia e baffetto, e molto altro, presso il vostro domicilio a prezzi modici. Disponibile anche nei 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



micropile Balumi termico^e antipilling[®]

9,95^{euro}

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



solo nei negozi
INTERSPORT

SKIPPERSPORT[®]

euforie

INTERSPORT[®]

SPORT TO THE PEOPLE

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

anziani tutti i giorni anche orari notturni. Tel. 3459473987 - 3664917426

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

ESTETISTA svolge colate, pulizia del viso, massaggi, cerette, trattamenti anti cellulite, manicure e pedicure. Prezzi x tutte le tasche. No perdetempo 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

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

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: bavaglini, asciugamani, strofinacci, tovaglie, ecc. Li vendo a prezzi modici. Tel. 3385672799.

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

Azienda multinazionale

settore telecomunicazioni e servizi essenziali selezione 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 provvisorio/provvigionale mensile e annuale. Età min. 25 anni. Tel. 3403513690

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

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

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 perdetempo. Tel. 3203506581

Cercasi ragazza per distribuzione di volantini, zona Pompei, Scafati, Castellammare, Vico Equense, Casola, Lettere, e altri comuni da Sorrento a Pagani. No perdetempo 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

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

Motori

Cerco Vespa Special da mettere a posto, motom, o Lambretta oppure Vespa 125 vecchio tipo o motorini antichi. Chiamatemi senza problema il mio hobby è di ristrutturarle e tenerle in garage. Tel. 3395785905

Vendesi barca Orion 580, con motore Yamaha 4t 40/60, con 150 ore moto, completamente nuova con tutto quello che serve per la navigazione.

Tel.3315020120

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

Vendo Fiat 500 f 2 anni e mezzo fa verniciata, blu con tutti i pezzi originali poi con altri pezzi ancora, porte, vetri, altri 2 motori, 2 cambio, cofano di avanti, sterzo con blocco sterzo di quelli nn se ne trovano ecc.

Tutto a soli € 3.000,00. Vendo a malincuore, usata un estate di due anni fa e poi messa in garage. Tel. 3395785905

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

Vendesi Smart modello Pulse, con climatizzatore stereo, gomme nuove, anno 2002, km 45776. Prezzo € 2.500,00 trattabili. Tel. 3381247855

Motore marino Selva, visibile a Sorrento, 20 cavalli gambo lungo € 500,00. Tel. 3280395845

Motore marino Mercury a Sorrento 8 cavalli gambo lungo € 800,00. Tel. 3282693401

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

Vendo Peugeot Looxor 125 in buone condizioni pochi km sempre in garage. Visibile in Sant' Agnello. Prezzo € 550,00. Tel. 331413428

Vendo causa inutilizzo Honda Transalp XL650V del Marzo 2005, km. 35.000, mai incidentata CONDIZIONI PERFETTE E PARI AL NUOVO tagliandi regolari e segnati su libretto di manutenzione, gomme nuove Pirelli, con antifurto e antirapina, bloccadisco, specchietti piccoli + originali, frecce posteriori piccole + originali, + casco integrale AXO in tinta con la moto. Tel. 3381611619

Vendo Vespa Cosa 150 cc. del 1988. Colore verde. Ottimo stato

generale. Gomme Nuove. Costo € 800,00. Prezzo Leggermente trattabile. Tel. 3356365549

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 € 2.700,00 trattabili. Tel. 3297376495 ore serali

Barca in resina 4,30 mt ideale per la pesca costiera paiolo nuovo, visibile a Sorrento, remi - portacanna inox. € 1.500,00. Tel. 3282693401

Gozzetto in resina 4,30 Mt paiolo nuovo - remi - motore 8 cavalli Mercury - copribarca visibile a Sorrento € 2.500,00 trattabili. Tel. 3282693401

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

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

Vendita auto per inutilizzo colore grigio Modello DAEWOO 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

Acquisto Ninja zx 10r, Honda cbr rr 1000, Suzuhì 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 lkg - 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 antiscivolo, 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

Varie 

Urgente!!! Cerco da acquistare bicicletta elettrica. Tel. 3802171932

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

Vendesi abito da sposa completo di velo e cuscino portafedi, marca Pronovias, modello Donaire anno 2013, taglia 42. Prezzo € 550,00. Tel. 3381260676

Vendo bilancia da cucina da 1 kg Howell a € 7,00. Tel. 3385672799

Vendo riviste Susanna e Mani di Fata per idee punto croce, maglia, uncinetto, ecc. a solo € 1,50 l'una. Tel. 3385672799.

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

Vendo aspirapolvere tipo Rainbow nuova, quasi mai usata, completa di tutti i pezzi per qualsiasi tipo di pulizia. Inoltre include ferro da stiro professionale tipo lavanderia completo anche di pezzi per lavaggio e stiratura a secco di abiti o altro. Tel. 3393172820

Vendo, causa inutilizzo, usato massimo due volte, cuore Folletto x lavare pavimenti e lucidare parquet. Valore € 350,00 vendo a € 80,00. Vero affare. Tel. 3331953081

Vendesi bicicletta mountain bike da sistemare copertoni ecc. Perché sta ferma da qualche anno € 25,00 trattabili. Tel. 3315618804

Vendesi Cover in pelle per Tablet o Kindle 8.9 colori disponibili rosso e blu! Completamente nuovi, mai utilizzati perché sbagliati ad ordinare. Prezzo € 10,00 cadauno. Tel. 3381203014

Vendesi per inutilizzo serbatoio da lt. 500 cilindrico verticale in acciaio inox €150,00. Tel. 3771147077

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

Vendo Frigorifero, congelatore, lavatrice, lavastoviglie, cucina4

fuochi, Frigorifero piano cottura forno ad incasso ad € 80,00 cadauno Tel. 0818721394 - 3384282031

Vendo piano di cottura Hotpoint Ariston da 75 cm con cinque piastre in acciaio e appoggio in ghisa. Acquisito 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

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

Affarone!! Vendesi vetrina calda per rosticcerie-pasticcerie seminuova, usata solo poche volte, impianto luce incluso. Costo € 700,00. Tel. 3383735832

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

Acquisto mobili ed oggetti antichi (non modernariato, nè cose degli ultimi 70 anni). Massima valutazione e discrezione. Restauro anche mobili, oggetti lignei; faccio dorature e laccature con competenza e prezzi modici. Tel. 3338612028

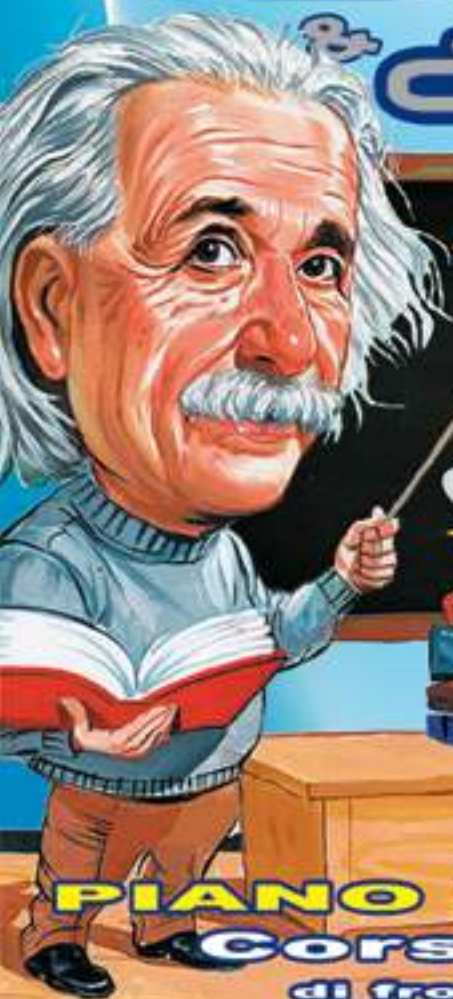
Vendo centinaia di scatole uso bomboniere per bricolage e fai da te. Nuove ed imballate, varie misure e decorazioni a prezzi molto bassi a partire da 0,25centesimi. Si effettuano sconti sulle quantità. Massima Serietà - No Perditempo - Zona Sorrento



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

4 Bit

VENDITA E ASSISTENZA PC

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

COMPUTER LENTO?

Vieni da noi per il tuo

TAGLIANDO AL PC

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

€ 25

DR. MOUSE
SOSTITUZIONE CHIAVI, MOUSE E TASTIERA



NOTEBOOK HP

AMD E1-1200 - DDR 2GB
HD 320GB - DVD RW
ATI 1310 - SO LINUX

€ 299



HD mini 500 GB

€ 54,90

HD mini 1 TB

€ 74,90

HD mini 2 TB

€ 119,90

NOTEBOOK - IPAD - SMARTPHONE CON VETRO ROTTO?!?



TE LO RIPARIAMO NOI!
SOSTITUZIONE DISPLAY DI NOTEBOOK,
IPAD E SMARTPHONE ROTTI

- Tel. 3479363383

Vendo quadro del pittore A. Asturi misure 34 x 40, del 1938 con dedica dell'autore raffigurante studio di paesaggio. Unico esemplare.
 Prezzo € 3.000,00.
 Tel. 3687119072

Vendo Teleobiettivo Canon, con zoom EF 80 - 200mm f/4. 5 - 5. 6 II. In buone condizioni. € 50,00 non trattabili. No perditempo.
 Tel. 338731971 dalle 19. 00 alle 20. 00

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

Vendo 15 cd originali Mariah Carey in ottimo stato.
 Tel. 3337105144

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

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

C/mare Stabia vendo ad € 420,00 scopa elettrica Nuova DELLA FOLLETO. Ancora imballata, 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 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

Causa trasloco vendesi tritico 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

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 confezione ad uncinetto abito su misura per donna.
 Tel. 3395725580

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

Tailler 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

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

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

Vendo scaldaparafrina 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

Vendesi 10 scatole di gomitolli cotone bianco per uncinetto per realizzare 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, forno, 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 comprai 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, pressochè 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 urlò € 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 prezzi 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 eserciziario 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 cassetteria (€ 300,00) , scrivania girevole con cassetteria 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

380.35.71.772

Gratis

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



 **ARISTON**

 **DAIKIN**
AIR CONDITIONING

 **Vaillant**

 **CAMINETTI
MONTEGRAPPA**

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

CALOR



AMENTO - ARTICOLI TERMIDRAULICI



**radiatori design
stufe a pellet
caldaie a gas
climatizzatori**

 **Chaffoteaux**

 **NORDICA**
Extrafiame
filigrana di calore

 **CORDIVARI**

KLOVER

www.tecnocalorfrasca.it

La stanza dei Balocchi

S. Agata sui due Golfi

Tel. 334.7601484 - 081/8085383

Presente su 



Caramellate

Confettate



E SE VUOI SORPRENDERE
I TUOI INVITATI
PUOI PORTARE ALLA TUA FESTA
DIRETTAMENTE
IL CARRETTO DELLE CAMELLE

**A PARTIRE DA
100 EURO**