



*Un...dolcissimo
anno con Voi Grazie*



AROMI PER CREME - INGREDIENTI PER DOLCI - DECORAZIONI DI CIOCCOLATO - PASTA DI ZUCCHERO
GHIACCIA REALE - DECORAZIONI IN ZUCCHERO - CIALDE E NASTRI PER TORTE - FIORI DI ZUCCHERO
SEMILAVORATI PER PASTICCERIA - ACCESSORI - STRUMENTI - E TANTO ALTRO ...



DOLCI CHE PASSIONE

Via Crawford, 2 - 80065 Sant'Agnello
Tel. +39 3388907607 - 3341541380

NEW!



E.R.F.A.P.

Ente Regionale di Formazione Professionale

Libretto Sanitario Organizza con esame in sede



seguici su
facebook

LIVELLO 1-2-3

CORSI PER ALIMENTARISTI



Sorrento (NA) – Via Marziale, 15
Tel. 081 5322525 – info@erfap.it – www.erfap.it

Buone Feste!

Consegne
a domicilio

Aperti
tutti i giorni
fino a
tarda notte



R&M

IL VERO KEBAB E NON SOLO...

NOVITÀ

panino con la porchetta
panino salsiccia e broccoli



vieni a ritirare
la nuova
FIDELITY CARD



CHIUSO IL MARTEDÌ

Via degli Aranci, 9 - SORRENTO (nei pressi dell'ospedale)
Cell. 331 89 52 324 (Reza e Max)



Regala o regalati
L'UNIVERSO
ULYSSE



Pacchetto 1

EURO
35

**1 mese fitness OPEN
+ Telo / T-Shirt Ulysse**

Pacchetto 2

EURO
65

**1 mese ACQUA
+ Cuffia INFINITY**

Pacchetto 3

EURO
80

**1 mese fitness OPEN
+ 1 mese ACQUA
+ Telo / T-Shirt Ulysse**

ULYSSE
CHRISTMAS

Via del Mare, 22 - Sorrento - Tel. 081.807.3581 int. 1
www.ulyssesorrento.com



UR

CORSO IT
SORR



LO

ALIA 203

ENTO



La trasparenza
di un bel
sorriso

 **DAIR**[®]

L'ALLINEATORE INVISIBILE



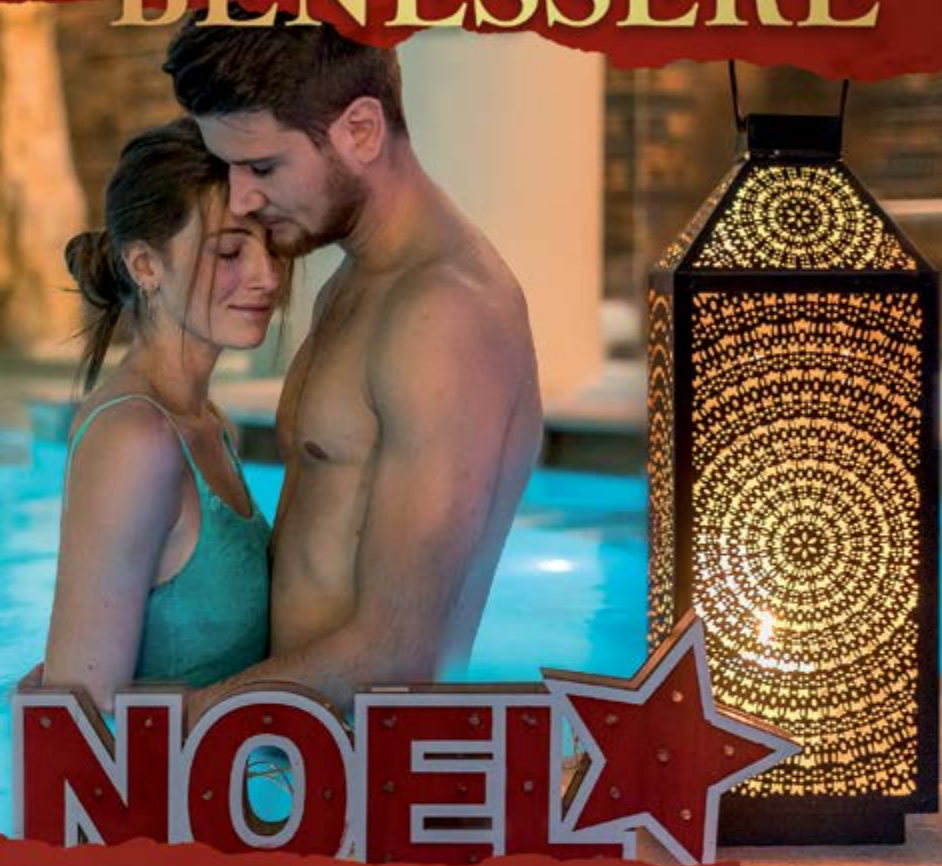
Dott. Carmelo Bentivegna

Via Sebastiano Errico De Martino,1
(Parco San Francesco di Paola) - Meta

Tel. 081 532 16 14

DAIR[®] il sistema alternativo ai tradizionali apparecchi ortodontici, frutto di alta tecnologia DAIR[®] è la soluzione ideale per ritrovare un sorriso perfetto senza compromettere l'estetica del viso, è facile da applicare, invisibile e garantisce risultati sorprendenti.

A Natale *regala emozioni di* **BENESSERE**



Acquista i tuoi regali alla SPA ULYSSE
riceverai in **OMAGGIO** un

**PERCORSO TERMALE
COMPLETO**

Massaggi - Terme - Rituali di Coppia
Pacchetti Benessere
Trattamenti Viso e Corpo - Estetica

Per maggiori informazioni
Telefona allo **081.8073581** interno 2
Via del Mare, 22 | www.spaulysse.it


SPA ULYSSE
MEDICAL DAY SPA & BEAUTY SALON



VIENI A SCOPRIRE
Jeep Renegade Winter Edition!
Per te in omaggio
1500 € di optional



DEGA
Motor

Auguri di Buone Feste

Nuovo e usato plurimarche - KM Ø - aziendale - assicurazioni

Piano di Sorrento - Via Bagnulo, 11

Tel. 081 808 6233   Dega Motor



A Natale regalati uno
Shopping Stellare

META - Corso Italia, 16/18 Tel. 081 5322290
atelierchiarodiluna@libero.it

follow us  

MOR PHING COLOR



COLORI CHE CAMBIANO STILE CHE RESTA

Colori temporanei che
cambiano istantaneamente
con la temperatura



Castelluccio
PARRUCCHIERI

Via degli Aranci, 9 - **SORRENTO** Cell. 328 651 6080
seguici su  **Castelluccio Parrucchieri**



*Auguri di
Buon Natale
e Felice Anno Nuovo
da Christian, Maurizio, Chiara ed Emanuela
del*



Mamilù Café

Piazza della Repubblica, 31 - Piano di Sorrento
Tel. 081.192.420.96 -  Mamilù Café

AHUM!

PIZZERIA DI FAMIGLIA

RITORNIAMO PER RACCONTARVI UNA NUOVA
STORIA FATTA DI TRADIZIONE, QUALITÀ, SAPORI
AUTENTICI E GENUINI!



SORRENTO - VIA S. ANTONIO, 6

LEGGIMI^{Gratis}.it

anno 15 - numero 12 - dicembre '18

In copertina:

**Michele, Vincenzo e Cataldo Palummo
e Marianna Aprea**

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 della Pubblicità 4Bit | info@leggimigratis.it Progetto Grafico 4Bit | info@leggimigratis.it

Contatto Pubblicitario:

08119171216 - 3803067686

Contatto Annunci Gratuiti:

08119915355 - 3803067686

La partecipazione a Leggimi^{Gratis} è assolutamente volontaria e gratuita. Per motivi organizzativi, tutto il materiale ricevuto non verrà restituito e rientrerà a far parte dell'archivio della redazione. La scelta di pubblicare o meno il materiale inviato resta ad insindacabile giudizio dell'editore, il quale si riserva di pubblicare solo una parte e/o di farlo in un numero della rivista a sua scelta o di non pubblicarlo affatto. L'editore si riserva comunque il diritto di impignorare 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. La versione web può differire dalla versione cartacea sia come contenuti che come annunci e/o sponsorizzazioni, le modifiche sono a libera scelta della redazione e non rappresentano mancanza da parte della redazione. Chiunque effettua pubblicità sull'edizione cartacea accetta implicitamente quanto sopra indicato senza avere nulla di preteso. Inoltre i servizi web sono a titolo sperimentale e pertanto possono subire variazioni, sospensioni e modifiche senza che la redazione possa esserne considerata responsabile.

Bowling
Sorrento



IL BOWLING dei
Campioni d'Italia
2014

FAI Strike E VINCI!



CON BIRILLO BANANA
si vince per tutto
il periodo natalizio
un pandoro o a scelta
un pallone di cuoio



Via S. Antonio,8 - SORRENTO - Cell. 333 87 29 628 - bowlingsorrento@alice.it
seguici su  **BOWLINGSORRENTO**

Madama Doie

ACCESSORI MODA

CORSO ITALIA, 97
PIANO DI SORRENTO



USI ALTERNATIVI DEI FOGLI DI ALLUMINIO

Per affilare le forbici

Se le tue forbici non sono più abbastanza affilate, prendi un pezzo di carta di alluminio, piegalo a metà e taglialo ripetutamente per affilare le lame delle forbici.

Per lucidare l'argento

Quando gli oggetti in argento iniziano ad avere un aspetto opaco usa questo semplice rimedio: foderla un recipiente con un grande pezzo di carta in alluminio, versarci dentro un po' di acqua calda e un po' di sale. Successivamente immergici gli oggetti da pulire e lascia agire per circa 20 minuti. L'effetto sarà straordinario!

Per disincrostare pentole e padelle

Prendi della carta di alluminio e accartocciala per fare una pallina abbastanza grande. Fatto ciò, usala per lucidare le pentole bruciate o sulle macchie di cibo.

Per eliminare il grasso dal forno

Al posto delle classiche pagliette in acciaio, prendi una pallina di carta di alluminio e strofinala sulla superficie del forno dove è rimasto il grasso. Spruzza una soluzione di limone e bicarbonato, lasciate asciugare per cinque minuti. Fatto ciò, passa di nuovo l'alluminio per lucidarlo.

Per eliminare la ruggine da acciaio o altri metalli

Dimentica acqua raggia o altre sostanze chimiche, per rimuovere la ruggine basterà strofinare la superficie da trattare una "pallina" di fogli d'alluminio e poca acqua. Il risultato è davvero sorprendente.



Sai perché?

...Domande e risposte
per dubbi e perplessità...



Perché si dice
“alle calende
greche”?

L'espressione è attribuita all'imperatore romano Augusto, il quale la utilizzava quando voleva fare riferimento a un pagamento che non avrebbe mai onorato. Nel calendario romano le calende corrispondevano al primo giorno di ogni mese, quando venivano regolati i debiti e i prestiti. Nel calendario greco, però, le calende non esistevano. Con questa espressione, quindi, Augusto si riferiva a un momento che non sarebbe mai arrivato. La stessa espressione è stata adottata come riferimento a un fatto molto improbabile o rimandato a un futuro remoto.

Perché quando
si è innamorati
passa la fame?

Quando ci si innamora il cervello aumenta la produzione di dopamina, noradrenalina e feniletilamina (PEA), neurotrasmettitori che inondano il corpo e scatenano reazioni fisiologiche, quali il battito cardiaco accelerato, l'aumento di sudorazione, l'euforia, l'eccitazione, l'insonnia e il minore appetito. È proprio la PEA, sostanza chimica con una struttura simile a quella delle anfetamine, che agisce sull'inibizione della fame, regalando moltissima eccitazione emotiva. Energia allo stato puro che spazza via il sonno, la fatica e, appunto, la fame. Perché, in un certo senso, è come se ci si nutrisse solo d'amore.

Perché
la carta igienica
è fatta da più veli?

Se fosse fatta di un unico velo più spesso non avrebbe la giusta morbidezza e leggerezza, inoltre sarebbe più difficile farla sciogliere nel wc. La lavorazione a due o più veli di carta permette ai vari fogli sovrapposti di trattenere un po' d'aria tra l'uno e l'altro. Questo effetto rende la carta più soffice al tatto e allo stesso tempo più resistente. Prima che arrivasse la carta igienica erano stati usati erba, foglie, spugne, muschio, stracci e fogli di giornale. La prima carta igienica industriale fu prodotta in America nel 1857 da Joseph Gayetty ed era in fogli separati. I rotoli, invece, fecero la loro comparsa nel 1879, grazie alla Scott Paper Company. La carta a due veli, infine, comparve invece nel 1942.



OZIOCREATIVO

ABITI SU MISURA

**ABITI E ACCESSORI VINTAGE
OTTIMO RAPPORTO QUALITÀ PREZZO**



Via I°Traversa San Michele 14
Piano di Sorrento
Tel. 338 253 76 83

AMERICAN GALLO

piano di sorrento

PIAZZA COTA



A NATALE
CON OGNI ACQUISTO
GRATTA E VINCI
SUBITO FINO A €500

IN BUONI SPESA
CONCORSO ASCOM
DAL 8 DICEMBRE
AL 5 GENNAIO



DATCH

Levi's

EMPORIO ARMANI

PUMA

Reell

BEVERLY HILLS
POLO CLUB

MARKUP



COMME JAMME

REGALA UN VIAGGIO!

Gift Card è il regalo
pratico ed originale
adatto per tutte
le ricorrenze!



TRAVEL CARD

- ✓ Acquista la Travel Gift Card
- ✓ Ricarica il credito vacanza
- ✓ Scarica L'App e attivala

SCOPRI COSA
PUOI FARE CON

L'APP

- ✓ Visualizza le migliori offerte
- ✓ Prenota un viaggio
- ✓ Guarda foto e video

- ✓ Scarica le guide viaggi
- ✓ Contatta l'agenzia
- ✓ Controlla lo storico delle transazioni
e visualizza i documenti di viaggio

Scarica gratis
la nostra App
travelgiftcard



Via G. Maresca, 4
Piano di Sorrento (Na)

Tel. 081 878 80 57
339 10 70 295

f COMME JAMME

Il partner che ama di più *litiga di più*

A close-up photograph of a young couple. The woman, with long blonde hair, is leaning her head against the man's forehead and smiling broadly. The man, with a beard and mustache, is also smiling and looking towards the camera. They are both wearing light-colored, textured sweaters.

In una coppia è perfettamente naturale trovarsi di fronte a disaccordi col proprio partner. "Litigare" fa parte della vita, anche di quella di coppia che si esprime nelle grandi o piccole discussioni quotidiane. Quando si litiga vuol dire che ci si tiene al rapporto. Il problema è se le discussioni scompaiono del tutto, a quel punto uno dei due ha gettato la spugna.

Chi cerca la lite, fa scenate di gelosia e urla, invece è il partner più coinvolto sentimentalmente che vive il rapporto in modo più forte ed intenso. Questo è quanto emerso da una ricerca dell'università di Melbourne in Australia che ha determinato che nella coppia colui che ama di più è quello che si arrabbia di più.

Lo studio condotto nell'università di Melbourne è stato effettuato su un campione di più di 500 fidanzati di età compresa tra i 25 e i 50 anni che sono stati sottoposti a diverse situazioni simulate per misurare il grado di innamoramento. Dallo studio è risultato che il partner più innamorato è anche quello che si arrabbia di più, cerca la lite e da sfogo a scenate di gelosia; è anche colui che vive la relazione in maniera più intensa e non riuscirebbe a fare a meno dell'altro. Ciò avverrebbe in virtù del fatto che, chi ama profondamente, desidera viaggiare sulla stessa lunghezza d'onda con il proprio amato. Questo atteggiamento è comunque costruttivo solo nella misura in cui il soggetto attivo sia anche in grado di calmarsi altrettanto velocemente.

E' importante anche il comportamento che si adotta dopo il litigio, affinché il rapporto tra i due si rafforzi è necessario mantenere l'autocontrollo e ritornare in sé il prima possibile, capire le motivazioni dell'altro, fare autocritica e infine di trovare un giusto compromesso venendosi incontro su bisogni, richieste, punti di vista.

La discussione può essere un'occasione di cambiamento e crescita. Insomma sembrerebbe che non ci si possa fidare quando le cose vanno troppo bene e non si litiga mai. ■

Buone Feste



e Felice Anno Nuovo

OTTICA
Ar Giò

SUNGLASSES OUTLET



Occhiale da vista completo
con lenti antiriflesso*

a partire da **€ 49,00**

Occhiale da vista completo
con lenti progressive antiriflesso*

a partire da **€ 120,00**

Via San Francesco, 26 - SORRENTO Tel. 081 8781759





MAIL BOXES ETC.

#PeoplePossible

**I
tuoi
regali
e le tue
strenne le
spediamo noi!**



Italia

fino a 30kg €19,90

Europa

fino a 15kg €54,90

“COMPRESO L'IMBALLAGGIO”

Siamo in Corso Italia, 259c Sorrento (Na)

Tel. 0818774703 E-mail. mbe482@mbe.it



La LinfoistiocitosiEmofagocitica,

Alex e il miracolo dell' amore

“Ciao a tutti. Mi chiamo **Alessandro Maria** e ho **1 anno e mezzo**. Pensate, ho iniziato a far disperare i miei genitori fin da subito visto che **sono nato alla trentesima settimana** e, sebbene i dottori mi avessero già dato per spacciato, ho combattuto contro una serie infinita di complicazioni per essere ancora qua. Quando le cose stavano finalmente andando un po' meglio ed ero felice nel trascorrere la mia prima vacanza al mare con mamma e papà, purtroppo ho iniziato a star male di nuovo. Mamma e papà mi hanno riportato subito a Londra, dove sono nato e dove viviamo, per i dovuti accertamenti. Dopo quasi due settimane con la febbre alta a più di quaranta e una serie interminabile di esami in ben 3 ospedali diversi dove sono stato ricoverato, finalmente i Medici hanno scoperto cosa avevo.

Trattasi di **LinfoistiocitosiEmofagocitica**, una **malattia genetica rarissima che non ha cure e NON lascia speranze di vita senza trapianto di midollo osseo da un donatore compatibile in tempi rapidissimi**. Pensate che il 50% dei bambini colpiti da questa malattia muore entro il PRIMO MESE dalla manifestazio-

ne della malattia, mentre dei restanti circa un terzo presenta purtroppo dei gravissimi problemi al sistema nervoso. **In ospedale mi stanno somministrando un farmaco sperimentale (sono il primo bambino in tutta l'Inghilterra che sta ricevendo questo farmaco)** i cui effetti non sappiamo quanto possano durare. I dottori ci hanno comunque detto che molto probabilmente **ci restano solo 5 settimane per poter trovare una persona che abbia il midollo compatibile col mio**. Visto che sono figlio unico, e non ho quindi nessun fratello o sorella che mi possano donare il loro midollo, è stato cercato sia nel registro mondiale dei donatori di midollo osseo, che in quello dei cordoni ombelicali, ma **purtroppo NON esiste AD OGGI alcun donatore compatibile**. Quindi non mi resta che cercare mia sorella o mio fratello maggiore altrove... Al giorno d'oggi donare il midollo osseo è davvero semplice, **SENZA** alcun intervento in sala operatoria. **Le cellule staminali possono essere donate con un semplice prelievo del sangue, con la stessa siringa che si usa quando si va a donare il sangue**, ma con l'unica differenza che mentre i gruppi sanguigni



Il Panettone...

una magia per grandi e piccini



Il Bar Nuccio Vi augura un Dolce Natale



Via Corso Italia, 75 - Piano di Sorrento (Na)
Tel. 081 808 89 56

Seguici su   Bar Nuccio

CUCINE
LUBE

CREO[®]
KITCHENS

**Deiulio
Design**
Project your Home

COLOMBINI CASA
ITALIAN DESIGN, DESIGNED FOR YOU

modo10[®]
design creativo e citazioni romantiche

Noctis[®]

**PROGETTAZIONE E ARREDO D'INTERNI
FORNITURE ALBERGHIERE, B&B
FORNITURE NAVALI, ARREDO UFFICIO,
OGGETTISTICA D'AUTORE**



Deiulio Design Sede operativa: Corso Italia, 283 - 80063 Piano di Sorrento (NA)

Tel.: 0815323499 - E-mail: deiuliodesign@libero.it

www.deiuliodesign.com

sono 8, le combinazioni di midollo osseo sono miliardi e solo una procedura di laboratorio, nota come tipizzazione tissutale, ne può determinare la compatibilità. La tipizzazione tissutale si può effettuare su un semplice campione di saliva. CONDIVIDI QUESTO MESSAGGIO CON PIÙ PERSONE CHE PUOI PERCHÉ DEVE RAGGIUNGERE GLI ANGOLI REMOTI DELL'UNIVERSO DOVE FORSE È NASCOSTA LA PERSONA CHE MI PUÒ AIUTARE! Vi prego aiutatemi ho bisogno di voi per continuare a vivere, il mio domani dipende da un vostra scelta d'amore oggi".

Questo messaggio, scritto a ottobre dal padre di Alex sulla pagina Facebook intitolata al bimbo, diventando rapidamente virale sui social web ha innescato una gigantesca gara di solidarietà, creando il sorprendente "Effetto Alex", una mobilitazione da record in tutta Italia, mai registrata prima, per trovare un donatore compatibile di midollo osseo e salvare la vita al piccolo.

Alessandro Maria, detto Alex, Montresor vive a Londra con i genitori italiani, papà Paolo, originario di Colà di Lazise (Verona), e mamma Cristiana, napoletana, ed è ricoverato al Great Ormond Street Hospital di Londra. Solo in Italia sono circa 12mila i cittadini che si sono messi in fila nelle piazze italiane per il prelievo della saliva ai fini della tipizzazione da parte dell'Admo (Associazione donatori midollo osseo), che inserisce i dati nel registro nazionale collegato alla rete mondiale. Anche a Sorrento, venerdì 9 novembre, una folla immensa di giovani, oltre 700, ha risposto all'appello lanciato da Laura Cuomo dell'osservatorio civico Grande Onda e dell'Admo Campania a favore del piccolo Alex, recandosi l'intera giornata senza sosta alla postazione con banchetti e laboratorio mobile allestita dai volontari in Piazza Angelina Lauro. Studenti di scuola superiore e universitari, lavoratori, sportivi, aderenti ai Forum dei giovani della Penisola, si sono messi in coda per ore sin da prima dell'apertura dei banchetti; in serata è arrivata al gran completo anche la squadra di Volley di Massa Lubrense, la "Folgore Massa" con tutti i pallavolisti che la compongono. Alle 21,00, ora prevista per la chiusura della postazione Admo, c'erano ancora giovani in attesa del prelievo: i volontari sono stati costretti a chiudere per esaurimento dei tamponi!

La mobilitazione generale dimostra quanto il nostro popolo sappia essere sensibile al valore della solidarietà, benché sia importante la donazione, sia

un atto consapevole e non una scelta emozionale e contingente, condizionata dal clamore mediatico del singolo caso. Le donazioni non possono essere destinate solo per una singola persona ma sono a disposizione di tutti. Anche se i 12mila Italiani che hanno risposto all'appello non aiuteranno direttamente il piccolo Alex, il loro DNA resta a disposizione nel database mondiale per chi potrà salvarsi grazie alle loro cellule.

La patologia di cui soffre Alex, la Linfoistiocitosi E-mofagocitica primaria o familiare, è una rara malattia genetica che coinvolge il sistema immunitario. La patologia colpisce circa 1 nuovo nato su 50.000: il numero di nuovi casi attesi in Italia è stimabile attorno a una decina l'anno. Colpisce indifferentemente maschi e femmine. Si trasmette come carattere autosomico recessivo, cioè entrambi i genitori sono portatori sani del gene difettoso (maggior rischio tra i consanguinei). Studi recenti hanno dimostrato che la malattia è geneticamente eterogenea nel senso che viene causata da almeno 3 geni diversi. Il difetto che causa questa condizione è la mancanza di proteine essenziali per la funzione dei linfociti T Citotossici e Natural Killer, potenti difensori dell'organismo capaci di uccidere le cellule nemiche per contatto diretto. La proteina deficitaria è diversa nelle diverse forme genetiche, nel 40% dei casi è la perforina. Il difetto immunitario causa a seguito di uno stimolo, esempio infezione virale, attivazione dei macrofagi, che in qualche modo cercano di sostituire i loro "colleghi" linfociti più specializzati che sono in affanno, ma una volta attivati impropriamente queste cellule secernono grandi quantità di citochine infiammatorie che, prodotte in eccesso, sono responsabili della maggior parte dei segni clinici e biologici.

La malattia diventa sintomatica quando si innescava la sindrome da attivazione macrofagica, mentre fino a quel momento il bambino appare in buona salute, di solito per alcuni mesi dopo la nascita o, meno frequentemente, diversi anni. La linfoistiocitosi emofagocitica primaria si manifesta nel primo anno di vita nel 70% dei bambini; il 10% ha un esordio nel periodo neonatale. Nella maggior parte dei casi, i primi segni comprendono febbre elevata senza causa apparente, irritabilità, malessere generale, edemi corporei e progressiva epatosplenomegalia. Altri possibili sintomi sono tumefazione dei linfonodi, ittero, esantema cutaneo maculo-papulare. Sintomi a carico del sistema nervoso centrale (irri-

tabilità, convulsioni, deficit dei nervi cranici, atassia, ipotonia o ipertonìa, rigidità nucale, emiplegia o tetraplegia, cecità, coma) sono diagnosticati nel 75% dei pazienti. Comuni reperti di laboratorio comprendono citopenia (in particolare piastrinopenia), ipertrigliceridemia, ipofibrinogenemia.

Secondo le linee-guida internazionali, la diagnosi può essere formulata quando siano soddisfatti cinque dei seguenti otto criteri clinici: febbre; aumento di dimensioni della milza (splenomegalia); riduzione del numero di cellule del sangue (citopenia), che coinvolge almeno due linee cellulari; ipertrigliceridemia e/o ipofibrinogenemia; emofagocitica biopsia del midollo osseo o nella milza o nei linfonodi; bassa o assente attività delle cellule NK; ferritina ≥ 500 microgrammi/L; aumentati livelli del recettore CD25 solubile (> 2400 U/ml). La diagnosi può essere confermata a livello genetico con ricerca delle mutazioni dei geni coinvolti.

In assenza di trattamento, la linfocitosi emofagocitica primaria è rapidamente fatale con una sopravvivenza mediana di circa 2 mesi dall'esordio. La sopravvivenza è del 10% nei casi trattati con terapia medica e di circa il 70% in quelli curati con trapianto di cellule staminali emopoietiche. La terapia medica si basa su una combinazione di chemioterapia (etoposide, methotrexate), immunoterapia (siero anti-linfocitario, ciclosporina) e steroidi. Di recente, l'impiego dell'anticorpo monoclonale ricombinante contro "interferon gamma", mediatore rilasciato dai macrofagi che è il principale responsabile dell'infiammazione e del danno dei tessuti nella malattia, ha dato buoni risultati, ma sempre solo in attesa del trapianto.

Il midollo osseo è un tessuto molle, presente nella cavità interna delle ossa, che contiene le cellule staminali emopoietiche, progenitrici di globuli rossi, globuli bianchi e piastrine. **Attraverso il trapianto di midollo osseo si sostituisce il midollo osseo alterato del paziente con un altro sano, proveniente da un donatore.** Ogni individuo ha un proprio marchio genetico, chiamato HLA (Human Leukocyte-Antigen). Per effettuare un trapianto, è necessario vi sia compatibilità di HLA tra donatore e ricevente. Nella gerarchia dei donatori impiegabili, si parte da un fratello o da una sorella, che hanno maggiori probabilità di essere immunogeneticamente simili. Se non disponibili, si cerca un donatore nei registri dei donatori di midollo osseo che possa essere compa-

tibile con il ricevente.

Va considerato però che esiste un 30% di pazienti che non troverà mai un donatore che sia compatibile, a dispetto dei più di 32 milioni di donatori disponibili nel mondo. Per questa quota di pazienti, soprattutto in età pediatrica, c'è attualmente l'opzione del trapianto dai genitori. Si tratta di un intervento più complesso da realizzare perché bisogna manipolare le cellule che si vanno a infondere, in maniera tale da eliminare selettivamente gli elementi che potrebbero aggredire l'organismo del ricevente (all'Ospedale Bambino Gesù sono stati trapiantati dall'equipe del prof. Locatelli 50 bambini affetti da immunodeficienze primitive con questo approccio innovativo).

Per quanto riguarda il trapianto da donatore, il prelievo viene effettuato dal sangue periferico, stimolandolo nei 5 giorni antecedenti con un trattamento farmacologico che favorisce la produzione di cellule staminali emopoietiche e il loro passaggio nel sangue circolante. Il sangue viene prelevato da un braccio, passato attraverso una macchina apposita, che separa le cellule staminali dal resto del sangue e le raccoglie a parte, e reinfuso immediatamente nell'altro braccio (come nella dialisi). È una procedura che dura circa 4 ore.

Possibili candidati alla donazione di midollo, soggetti di un'età compresa tra i 18 e i 35 anni, in buona salute generale e assenza di malattie del sangue, con peso superiore a 50 chilogrammi. Concludiamo con la bellissima testimonianza di **Serena Pane, una delle attiviste che hanno organizzato la giornata a Sorrento**, che è concisa col giorno del suo compleanno: "Ho imparato...Ho imparato che la solidarietà esiste, sempre e ovunque! L'ho vista negli occhi dei giovani che hanno affollato Piazza Lauro, nelle mani dei volontari che sin dal mattino hanno distribuito centinaia di moduli e risposto a mille domande, nella semplice presenza lì in piazza di tutti quelli che 'non ho l'età' ma che in qualche modo volevano dare il loro contributo con un saluto, un caffè, una bottiglia d'acqua. Ho imparato che esistono affinità elettive che vanno oltre il concetto di tempo: in pochi giorni, addirittura in poche ore, si è creata una squadra affiatata, in cui ognuno ha dato il proprio contributo senza mai tirarsi indietro, ognuno come sapeva e poteva. **Ho imparato che la passione smuove mari e monti.** Oggi sono un anno più grande ma sono felice: ho avuto l'opportunità di imparare e sono pronta ad imparare ancora."

DO. FRA. COSTRUZIONI S.R.L.

Elardino Pasquale e Boccia Fortuna

Augura



Buone Feste

NOLEGGIO MACCHINE EDILI



RAGNO



**PIATTAFORMA
AEREA
CON GESTELLO**



**MINI
ESCAVATORE**

Via Lamia, 3 - SORRENTO (NA) Cell. 348 85 91 914

e-mail: dofracostruzioni@gmail.com



Associazione Culturale

MAGIC *Medley* BALLET

ACCADEMIA DI DANZA CLASSICA E MODERNA

DIRETTA DA: MARILINA IACONO

MEMBRO DEL CONSIGLIO INTERNAZIONALE DELLA DANZA

UNESCO

PARIGI



“A CHRISTMAS PUDDING”

Spettacolo di Teatro Danza

Domenica 16 Dicembre 2018 Ore 18:00

Villa Fiorentino - Sorrento

Mercoledì 19 Dicembre 2018 Ore 21:00

Sede della “Magic Medley Ballet”

Via delle Rose, 36 - Piano di Sorrento



Ingresso Libero



Tel. 081 878 2457 Seguici su  H24SORRENTO



GUNS&MUSIC

Prodotti a base di canapa **legali al 100%**
pasta, cioccolata, biscotti, taralli, bibite, aromaterapia,
olio al CBD, accessori, gadget.

GUNS&MUSIC di Pietro Esposito
C.so Italia 321/H - 80067 Sorrento (NA)



MOTOSERVICE

L'INVERNO TI DEPRIME? CI PENSIAMO NOI A TIRARTI SU!

Tutto il nuovo che vuoi, tutto l'usato che cerchi!

Soccorso Stradale - Ritiro e consegna del veicolo a nostra cura - Revisione Statale e Rottamazione

aprilia

 PIAGGIO

 HONDA

 KYMCO

 SYM
Engine of Life

 PEUGEOT



Sorrento (NA) - Via degli Aranci, 33

Tel./Fax 081 8772713 • email: silviamotoservice@libero.it



novità

FERRAMENTA E MATERIALE ELETTRICO

STUFE ARIA - IDRO - CALDAIE - TERMOCAMINI
PELLET - CASALINGHI E DETERSIVI
BICI ELETTRICHE - ACQUARI

organizziamo
il tuo
PARTY ★

ADDOBBI PER FESTE
LINEA PARTY - BALLOONS
TORTE DI PANNOLINI

Via Nicola Pacifico, 2 - Monticchio - Massa Lubrense (Na)
Tel. 081 878 03 79



Lilla

Il nuovo codice al Pronto Soccorso

Lilla. È questo il colore scelto dal Ministero della Salute per il nuovo codice presente nei Pronto Soccorso degli ospedali italiani.

Il codice Lilla è dedicato all'accoglienza dei pazienti con disturbi della nutrizione e dell'alimentazione, uno dei fenomeni sanitari più frequenti tra adolescenti e giovani adulti.

Questi pazienti necessitano di un cammino terapeutico specifico da parte degli operatori sanitari che adesso saranno in grado di accogliere in pronto soccorso le persone che soffrono di questi disturbi con un percorso specifico a loro dedicato.

I disturbi alimentari purtroppo sono un fenomeno sempre più diffuso, riguardano infatti 3,5 milioni di Italiani; perciò il Ministero della Salute ha deciso di intervenire elaborando un protocollo contenente una serie di raccomandazioni specifiche rivolte ai familiari dei pazienti affetti da DA per renderli consapevoli delle forme di disagio dei loro parenti.

La redazione di questo documento, scaricabile sul sito [Disturbi del Comportamento alimentare a cura del Ministero della Salute](#), è stata fortemente voluta dalle associazioni dei familiari colpiti da disturbi della nutrizione e dell'alimentazione che grazie a questi strumenti pratici potranno riconoscere più velocemente i sintomi dei disturbi della patologia, aiutandoli a fornire un supporto pratico soprattutto per la gestione dei pasti. ■

TECNO CALOR



Regalati un caldo



 Chaffoteaux



 COSMOGAS




ACQUA
BREVETTI

PIANO DI SORRENTO \ Via Dei Pini, 17 - Tel. 081 80

Specializzati in forniture per
B&B - CASE VACANZE
STRUTTURE ALBERGHIERE

Natale



CAFIERO CAFÈ

Piazza della Repubblica 49/55
Piano di Sorrento (NA)
Tel. 081 808 87 98

www.cafierocafe.it



Caffetteria
Dolce Salato Spirits
Tabaccheria

Prossima Apertura

**Vi aspettiamo per
gustare le nostre
specialità...**

**Vasta scelta di cornetti
produzione propria, pasticceria
secca e gastronomia espressa.**




PIANO DI SORRENTO - CENTRO

Appartamento in mini condominio composto da: cucina abitabile, salone doppio, camera, bagno e ripostiglio. Ampia balconata e terrazzo di 45 mq. Discrete condizioni. Classe energetica G.

EURO 460.000,00

PIANO DI SORRENTO - CENTRO

Appartamento di 110 mq composto da: Salone, cucina, tre camere, 2 bagni e ripostiglio. Terrazzo di 55 mq a livello e tre balconi. Termoautonomo. Discrete condizioni. Classe energetica G.

EURO 650.000,00

PIANO DI SORRENTO

Appartamento in parco di 100 Mq. Luminoso in quanto a doppia esposizione. Composto da: cucina abitabile, 4 camere, bagno, lavanderia, balconata panoramica, box auto e cantinola. Ristrutturata. Termo autonomo. Classe energetica: G

EURO 580.000,00

PIANO DI SORRENTO

Soluzione indipendente completamente ristrutturata termo autonoma composta da: soggiorno con cucina a vista, camera, cameretta, bagno e giardino di 80 mq. Classe Energetica G

EURO 250.000,00

PIANO DI SORRENTO - CENTRO

In mini condominio appartamento di circa 200 mq interni e circa 140 mq esterni. Composto da: cucina abitabile, 7 camere, 3 bagni, ripostiglio 4 balconi e ampio terrazzo a livello. Ottimo come bifamiliare in quanto dispone di doppio ingresso e comprende l'intero piano. discrete condizioni. Classe energetica G.

EURO 1.100.000,00

SORRENTO

Appartamento semindipendente di 120 mq disposto su due livelli composto da: piano terra: salone con camino, cucina, bagno e lavanderia; primo piano: 3 camere e 2 bagni. Cortile di 30 mq, balconate e box auto. Ristrutturato. Possibilità di permuta. Classe energetica G.

EURO 570.000,00

META

Fabbricato indipendente composto da: due appartamenti. 1° appartamento: cucina abitabile, camera e bagno. 2° appartamento: cucina abitabile, 3 camere e bagno. Ampi terrazzi leggermente panoramici. Buone Condizioni Ape F.

EURO 650.000,00

MASSA LUBRENSE - M. CANTONE

Semindipendente a schiera con doppio ingresso. Composto da: salone, camera, cameretta, cucina e bagno. Terrazzo a livello del salone e piccolo giardino. Ottimo investimento come casa al mare o B&B. Classe Energetica F.

EURO 320.000,00

MASSA LUBRENSE - CENTRO

In fabbricato signorile appartamento completamente ristrutturato. Composto da: salone con angolo cottura e camino, camera, bagno e lavanderia. Classe energetica C epi 130,7 Kwh/m2 anno.

EURO 285.000,00



Perché è necessario SOSTITUIRE I DENTI MANCANTI?

I denti naturali sono la migliore soluzione per la salute, questo è il motivo per cui se la situazione lo consente, si cerca di salvare un dente piuttosto che sostituirlo. Quando carie, fratture, parodontopatie o l'età che avanza danneggiano in maniera irreversibile i denti naturali e diventa obbligatorio estrarli, **è indispensabile sostituirli al più presto per non incorrere in danni ancora più gravi**. Dall'Associazione Americana di Chirurgia orale e maxillo-facciale però arrivano dati impressionanti, risulta infatti che il 70% delle persone di età compresa fra i 30 e i 45 anni che presentano la mancanza di uno o più denti non si rivolgono al proprio dentista per la sostituzione dei denti persi per mancanza di tempo o denaro.

Le conseguenze sono gravi:

- la scorretta abitudine di masticare sulle gengive una degenerazione dei tessuti che vengono traumatizzati continuamente;
- le pressioni dovute alla masticazione indispensabili per mantenere la bocca in salute, vengono meno e l'osso della mandibola comincia ad atrofizzarsi;
- la perdita dell'osso naturale renderà necessario un futuro intervento molto più complesso e costoso che comporta la ricostruzione dell'osso;
- la grave alterazione del piano di masticazione fino alla perdita dei denti dell'arcata antagonista.

Gli impianti dentali sono le soluzioni migliori proposte ai pazienti a cui mancano uno o più denti, in quanto essendo impiantati completamente nell'osso della mandibola non si possono spostare. Sono quindi sempre stabili e sicuri. La mascella rimarrà così perfettamente sana e il problema sarà risolto per tutta la vita con la garanzia di un risultato naturale che permette di sentirsi perfettamente a proprio agio. ■



idroservice

**RIPARAZIONI IDRAULICHE
ESPRESSE**



IN 12/24 ORE!



3395089374



✓ Riparazioni
idrauliche



✓ Installazioni
addolcitori
caldaie
stufe a pellet



✓ Realizzazione
impianti sanitari
riscaldamento
condizionamento
gas - solari

info@idroservicesorrento.it www.idroservicesorrento.it

SEGUIMI SU...



**STUDIO ODONTOIATRICO ASSOCIATO
TRAPANI | DI MAIO**

Via Capo, 5 - 80067 Sorrento

Studio: Tel./fax

081 8771956

Dott. **Danilo Trapani**

347 3538718

Dott. **Giuseppe Di Maio**

338 8982038



Buone Feste da



GARGIULO

Quello dell'olio di Sorrento

Qualità da oltre un secolo

Olio
Extra Vergine
di Oliva
ai limoni e
arance
di Sorrento



*Vieni a scoprire
i nostri Cesti Natalizi
e le nostre idee regalo*



FRANTOIO GARGIULO

Via Nastro d'Argento, 9 - Sant'Agnello (NA)

Tel. 081 8072300 Cell. 333 80 70 242

info@frantoiogargiulo.it www.frantoiogargiulo.it



Siamo aperti dal lunedì al Sabato dalle 9:00 alle 18:00 orario continuato



L'abito della Sposa d'Inverno

Avete deciso che vi sposerete nella stagione più fredda? Nonostante le basse temperature e le giornate più corte, **l'inverno per molti ha quel qualcosa di incantato** e, per chi non ama gli eccessi di colori ed i "frastuoni" dell'estate, preferendo il magico silenzio della natura in riposo che attende di rinascere, sembra essere proprio la stagione perfetta per celebrare il proprio matrimonio...

Per tutte quelle che non vogliono privarsi di scollature, schiene e spalle scoperte, l'escamotage sarà aggiungere un accessorio all'abito: giacche, scialli, stole, bolero e cappottini. Se scegliete un abito di questo tipo, la scarpa sarà di preferenza chiusa, ma potrà avere preziose applicazioni e non avrà nulla da invidiare agli estivi sandali gioiello. Non dimenticate inoltre che un delicato bolero può risolvere molte situazioni (come il fatto di coprire le spalle in chiesa) e dare una leggera sensazione di calore in più e completare perfettamente un abito scollato con una gonna voluminosa.

L'intramontabile fascino delle maniche lunghe

Per chi ama le maniche lunghe, un'interpretazione perfetta per il look sposa d'inverno arriva da alcuni modelli di tante collezioni che abbracciano differenti tagli e stili, perfetti per chi sta cercando abiti da sposa stile impero, sia per chi cerca qualcosa dalla classica eleganza ma con un tocco innovativo come modelli a due pezzi a manica lunga, con camicie finemente lavorate con romantici ricami, per chi adora gli abiti da sposa in pizzo. Sicuramente un abito con maniche lunghe è particolarmente adatto alla stagione ed allo stile che si vuole dare a queste nozze invernali. Abito, la cui "castità" è spesso mitigata dalla trasparenza data dai trafori del pizzo sulle maniche o su tutto il bustier.

Per un matrimonio serale, non mancano proposte particolarmente eleganti e "luxury" sviluppate in abiti da sposa impreziositi da perline e paillettes: perfetti per risplendere in una serata magica!



Per chi invece non ama coprire eccessivamente spalle e braccia, il velo a mantiglia può diventare l'alleato prezioso per coprire le spalle senza rinunciare a quell'aria sexy e seducente che molte spose amano incorporare al loro look di nozze. Le scollature ricoperte dal velo in pizzo o con un ricamo non escono mai fuori tendenza e sono particolarmente indicate su abiti scivolati.

Guanti e bouquet: la sposa d'inverno è chic!

Per quanto riguarda il resto dei complementi della sposa, **il bouquet avrà la grazia delle fioriture invernali**, che sono tante e diverse, nonché bellissime e chic, come i tulipani e le calle che potrete trovare in diverse tonalità come l'avorio, l'arancio e rosso, colori perfetti per decorazioni invernali.

Il guanto, più o meno lungo, seppure accoppiato a un vestito scollato, è garanzia di look invernale nonché indice di estrema eleganza. Se optate per un abito dalla corta o media lunghezza, sarà più appropriato alla stagione optare per delle maniche lunghe per non risultare eccessivamente scoperte.

Per lo sposo invece, visto che in innumerevoli oc-

casioni resta in giacca, capisco l'impavida prodezza ma non condivido l'estetica, **il mio consiglio è quello di indossare un cappotto in stile inglese chiamato Chesterfield ...**

Il monopetto per eccellenza. A Londra fra i primi ad adottarlo a metà Ottocento fu il conte di Chesterfield. Il nuovo capo fece scalpore perché mancava del taglio orizzontale al punto vita che caratterizzava le redingote allora in uso.

Da allora, il modello è rimasto praticamente lo stesso: linea sottile, slanciata; revers di media ampiezza; due tasche orizzontali tagliate a filetto con patta; un taschino sul petto a sinistra, facoltativo; uno spacco sul dietro; lunghezza sopra il ginocchio.

Un cappotto da uomo elegante, realizzato in morbido tessuto pregiato, spesso in lana mista a cashmere o addirittura in puro cashmere, nel classico blu scurissimo.

A presto!

Pietro Aiello Cilento D'Altavilla

è su  e  seguici

art@pietroaiello.com - www.pietroaiello.com



RICCI & CAPRICCI
HAIR STYLE

Via Casa Rosa, 13
Piano di Sorrento (Na)
Tel. 081/0488960
Cell. 3332752590

Seguici su  

Di Carmine GIOIELLERIA

BREIL

NEW SNAKE

Corso Italia, 173 - Piano di Sorrento Tel. 081 878 76 01





Re Pizza

PIZZERIA e ROSTICCERIA dal 2010

special under 18

offerta riservata ai soli studenti

**PIZZA 2 GUSTI +
BIBITA ANALCOLICA**

€ 5



speciale offerta

**Festeggia il compleanno
insieme a noi!**

Prenota da noi buffet di Rustici e Pizze

CONSEGNE A DOMICILIO

aperti dalle 18:30 alle 24:00 - lunedì chiuso

Via Santa Margherita 18 (nei pressi di P.zza Cota)

PIANO DI SORRENTO (NA)

Cell. 339 62 21 034 - 339 11 59 921



BESTEMMIA... E' LEGALE?

Il mio vicino di casa è solito bestemmiare per ogni nonnulla, quando non trova parcheggio in cortile oppure quando qualche condomino lascia il cancello aperto o, ancora, durante le assemblee condominiali. Il suo atteggiamento mi arreca molto fastidio, soprattutto quando avviene in presenza dei miei figli.

Bestemmiare in pubblico, oltre ad essere indice di cattiva educazione, fino al 1999 era un vero e proprio reato. La gravità dell'illecito ha perso gradualmente valore nell'ordinamento giuridico fino ad essere stato depenalizzato col decreto legge 205/1999, da quel momento l'illecito è passato dal piano penale a quello amministrativo. Oggigiorno l'art. 724 del codice di procedura penale stabilisce che chiunque bestemmia pubblicamente contro una Divinità è punito con la sanzione amministrativa da € 51 a € 309. La stessa sanzione si applica anche a chi inveisce contro i defunti.

Per essere sanzionata, la bestemmia deve essere pronunciata in pubblico, ivi compresi i social network, **e deve oltraggiare una Divinità, sia essa venerata dalla religione dello Stato che dagli altri credo religiosi.** Questa apertura nei confronti di tutte le religioni si è avuta in un periodo relativamente recente, infatti è solo con la Sentenza n. 440 del 18.10.1995 che la Corte Costituzionale ha eliminato ogni



riferimento al cattolicesimo, prima infatti la norma faceva espresso riferimento alla Divinità e ai simboli venerati dalla sola religione cattolica. L'apertura della bestemmia a tutte le religioni e l'uso della parola generica "divinità" ha determinato un particolare singolare: poiché **non rientrano nel concetto di divinità né la Madonna né i Santi, che sono presi solitamente di mira da numerose bestemmie, il loro insulto, per quanto deprecabile, non è punibile.**

Quindi, in termini di legge, è legale bestemiare la Madonna e i santi sia pubblicamente che in privato ed è, altresì, legale bestemiare a casa propria o in un luogo privato ciò che è considerato "divino" dalle religioni o i defunti mentre è illegale bestemiare ciò che è considerato "divino" dalle religioni o i defunti in un luogo pubblico o aperto al pubblico e davanti a dei testimoni. Naturalmente la condanna fa seguito ad

una regolare denuncia presso le Autorità competenti.

Accanto alla bestemmia, in Italia è ancora considerato reato anche **il vilipendio alla religione**. Anche in questo caso sono stati fatti nel tempo degli interventi per estendere il reato a tutte le confessioni religiose, eliminando quindi la disparità di trattamento tra la religione cattolica e le altre. **Il vilipendio alla religione è punibile con multe fino a € 6000 e con pene detentive fino a due anni**, la pena più grave è prevista per chi "pubblicamente e intenzionalmente distrugge, disperde, deteriora, rende inservibili o imbratta cose che formino oggetto di culto o siano consacrate al culto o siano destinate necessariamente all'esercizio del culto".

Avv. Patrizia Cappiello

Via dei Platani 11

(Parco Arancia - C.Commerciale Pallotta)

Scala C 2^ Piano di Sorrento

Cell. 3391970892

Non solo Pane...

Panificio

di Russo Giuseppina



*Prova i nostri speciali
pandoro & panettone
artigianali*

Punto vendita:

SORRENTO viale Nizza, 2 - cell 3381182881

Laboratorio:

SANT'AGNELLO via V.Ferraro, 9 - tel 0818772645

RICCI DAL 1979

**Non è Natale
senza**

**LINEA
LUCE**

PROMO NATALE

**Per ogni 20€ di spesa
in articoli natalizi
una lampadina in omaggio**

**Vasto assortimento
di illuminazioni
ed oggettistica
per il tuo allestimento...**

**Corso Italia, 123 - Piano Di Sorrento
081 532 18 66**



OFFICINA MECCANICA - CENT CENTRO REVISIONI AUTO



 **YAMAHA**

EXIDE
BATTERIES

 **HANKOOK**

 **BREMBO**

CORSO FILANGIERI, 33 - VICO EQUENSE (NA) TEL 081

RO GOMME
e MOTO

CONTATTACI
3338912614



SEGUICI SU



MOTOR
GARAGE

Buone Feste

MOTUL

 **YUASA**

momoDESIGN



MICHELIN

801 64 24 EMAIL: motogarage081@gmail.com



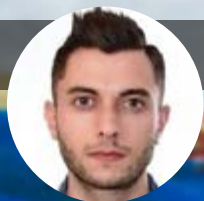

COFFEE & Co.
S H O P

Vieni a visitare il nostro novo showroom
per la tua idea regalo

Rivenditore Autorizzato **Caffè Toscano** SANT'AGNELLO
Corso Italia, 133 Tel. 08119507613 www.coffee-co.it

Seguici su





L'epilessia

cosa c'è da sapere

La parola epilessia deriva dal verbo greco e $\pi\iota\lambda\alpha\mu\beta\alpha\ \nu\epsilon\iota\upsilon$ (epilambanein) che significa "essere sopraffatti, essere colti di sorpresa". L'epilessia costituisce una patologia neurologica cronica che si esprime in forme molto diverse tra loro, tanto che oggi è più corretto parlare di Epilessie al plurale. È tra le patologie neurologiche più frequenti: si stima che in Italia circa 500.000 persone abbiano un'epilessia in fase attiva. Le epilessie colpiscono tutte le età della vita, ma con una distribuzione non uniforme per età risultando più frequenti nelle prime epoche di vita, nell'infanzia e adolescenza e negli anziani.

Le epilessie sono condizioni cliniche determinate da una disfunzione intermittente del Sistema Nervoso Centrale (SNC) che si manifesta con crisi che si ripetono nel tempo in modo apparentemente spontaneo. La crisi epilettica è un evento parossistico che scaturisce da una scarica anomala, eccessiva, ipersincrona e disordinata di un aggregato di neuroni del SNC. I neuroni sono le più numerose e importanti cellule nervose e comunicano tra loro attraverso scambi biochimici che si traducono poi in correnti elettriche. Quando i neuroni, per qualche ragione, diventano "iperattivi" scaricano impulsi elettrici in modo eccessivo e possono in questo modo provocare una crisi epilettica. Va tuttavia precisato che, sebbene la crisi sia l'evento clinico (visibile) delle epilessie, epilessie e crisi non sono affatto sinonimi. Infatti, specie nell'età evolutiva, sono molto frequenti crisi occasionali che non rientrano nell'ambito dell'epilessia, come ad esempio, le convulsioni febbrili.

La classificazione delle epilessie tiene conto del tipo di crisi epilettiche (crisi focali, crisi generalizzate e crisi non classificabili) e delle condizioni



soggiacenti che possono essere diverse in relazione all'età. Le crisi sono definite focali quando iniziano in una zona circoscritta del cervello da cui possono poi propagarsi ad altre aree cerebrali, mentre sono definite generalizzate quando coinvolgono fin dall'inizio entrambi gli emisferi cerebrali. **Le crisi focali non sempre determinano la perdita di coscienza, mentre invece le generalizzate, in genere, si associano a perdita totale della coscienza.**

La semeiologia delle crisi dipende poi da quale area del cervello viene interessata dalla scarica anomala: infatti, sebbene nell'immaginario comune la crisi epilettica sia rappresentata dalla crisi convulsiva "tonico-clonica" (in passato definita Grande Male) in cui il paziente perde coscienza improvvisamente, cade a terra irrigidito (fase tonica), dopodiché è colto da scosse su tutto il corpo (fase clonica), può mordersi la lingua e perdere le urine, **non tutte le crisi epilettiche sono così eclatanti.** Un altro esempio di crisi epilettica è infatti rappresentato dalle "assenze" che consistono in una sospensione della coscienza di breve durata (da 5 a 10 secondi) ad esordio e fine improvvisi. **Ma la morfologia delle crisi è talmente variegata che essenzialmente possiamo affermare che qualsiasi cosa il nostro cervello può fare, può farlo sotto forma di crisi epilettica.**

In base all'etiologia, l'epilessia è inoltre classificabile in: genetica, strutturale, metabolica, immune, infettiva e da causa sconosciuta.

Le sindromi epilettiche sono distinte entità elettro-cliniche definite in base all'età d'esordio, tipo di crisi, pattern elettroencefalografici, reperti neuroradiologici e alle eventuali comorbidità, come ad esempio la disabilità intellettiva e/o limitazioni motorie. Le encefalopatie epilettiche rappresentano sindromi elettro-cliniche in cui il ripetersi delle crisi, nonché la causa sottostante contribuiscono sia al persistere delle crisi sia al peggioramento cognitivo-comportamentale.

Tra le encefalopatie epilettiche rientrano la Sindrome di West, la Sindrome di Lennox-Gastaut e la Sindrome di Dravet.

La diagnosi di epilessia è soprattutto clinica e viene posta quando il paziente ha presentato almeno due crisi non provocate o riflesse separate da > 24 ore; non è quindi corretto formulare diagnosi di epilessia in presenza di una crisi isolata. Quando esiste il sospetto che certi disturbi siano collegati all'epilessia è necessario rivolgersi al proprio medico

curante.

Per facilitare la diagnosi è necessaria una raccolta molto completa delle notizie anamnestiche, spesso con l'ausilio di video domestici che registrano l'evento critico. In seguito si passa all'esecuzione dell'elettroencefalogramma (EEG) effettuabile con varie modalità, che costituisce tuttora l'esame di laboratorio più valido e utilizzato in campo diagnostico.

L'EEG standard è di facile esecuzione, non provoca disagi particolari al paziente, è poco costoso e assolutamente non nocivo. L'EEG registra, attraverso degli elettrodi posti sulla testa del paziente, l'attività elettrica propria del cervello. Fanno parte dell'iter diagnostico dell'epilessia le Neuroimmagini, in particolare la tomografia computerizzata (TC) e soprattutto la Risonanza Magnetica (RM) cerebrale. Per alcune forme di epilessia sono inoltre fondamentali indagini di laboratorio di tipo genetico. **Una corretta diagnosi circa il tipo di crisi, la sindrome elettro-clinica e l'etiologia è di fondamentale importanza nella scelta del trattamento.**

La terapia delle epilessie va intrapresa in presenza di crisi di sicura natura epilettica che tendono a ripetersi e si basa, in prima linea, sull'utilizzo dei farmaci antiepilettici (FAE). Ad oggi, abbiamo a disposizione un gran numero di FAE, ma premessa fondamentale **per la buona riuscita del trattamento è l'affidabilità e la collaborazione del paziente e dei suoi familiari.** La terapia antiepilettica va infatti assunta con regolarità e va in genere protratta per diversi anni, senza interruzione, e quotidianamente assunta in 2 o 3 dosi ad intervalli regolari. **Il paziente ed i familiari vanno inoltre correttamente istruiti sui possibili effetti collaterali dei farmaci somministrati.** Soprattutto all'inizio della terapia è buona norma controllare le analisi del sangue di routine e verificare il livello plasmatico del farmaco. Il trattamento con i farmaci antiepilettici può essere sospeso dopo un periodo di almeno due anni di libertà da crisi epilettiche: la decisione di sospendere la terapia deve ovviamente essere presa dal medico previa discussione con il paziente stesso e deve essere sempre graduale.

Si considera "risolta" l'epilessia nei soggetti che sono rimasti liberi da crisi negli ultimi 10 anni in assenza di farmaci antiepilettici per almeno gli ultimi 5 anni. Sebbene con la terapia farmacologica si riescano a risolvere un gran numero di epilessie, circa

Chic arredamenti



CHIC ARREDAMENTI DI ANNA PARAGLIOLA

VIALE NIZZA 17 - SORRENTO (NA)

TEL. 081 19 17 12 24 - 333 369 88 02

www.chicarredamenti.it - info@chicarredamenti.it



CHIC ARREDAMENTI



ANNA_CHIC_ARREDAMENTI

Bod Store

Curiamo la tua bellezza!

INTEGRATORI PER
LA MASSA MUSCOLARE

BRUCIAGRASSI E COADIUVANTI
DELLA DIETA

SNACK DOLCI E SALATI

DIETISTICA



OFFICIAL POINT

L'intera gamma di prodotti
ai prezzi migliori in commercio



 **NAMED**
Natural Medicine Sport

WHY sport
SPORTS & NUTRITION

BIOEXTREME
SPORT NUTRITION

YAMAMOTO
SPORT NUTRITION

 Ovowhite

VICO EQUENSE

Via Filangieri, 28
Cell. 366 9777944

SORRENTO

Viale Nizza, 22
Tel. 081 19001215

C.MMARE DI STABIA

Via Rajola, 18
Tel. 081 19211148

FOLLOW US



BodyStore Sorrento

un 30% dei pazienti presentano forme di epilessia "farmacoresistente". Può essere definito "farmacoresistente" un paziente che continua ad avere crisi pur avendo provato almeno due farmaci specifici per quel tipo di epilessia, somministrati alla dose giusta e per un adeguato periodo, in monoterapia o in associazione. In circa il 10% di questi pazienti può essere presa in considerazione l'ipotesi di un intervento neurochirurgico. Tra gli altri trattamenti di natura non farmacologica vanno menzionati (e approfonditi in successivi articoli) la stimolazione vagale e la dieta chetogenica.

Per concludere questo accenno alle epilessie, che rappresentano un capitolo enorme della neurologia, è bene dare qualche consiglio pratico su come comportarsi nel caso si assista ad una crisi epilettica. Nella maggior parte dei casi quello che bisogna fare è limitarsi a vigilare la persona che sta avendo la crisi: le crisi epilettiche tengono generalmente ad auto-risolversi nel giro di secondi o minuti e non costituiscono un pericolo particolare, eccetto nel caso in cui la durata della crisi sia oltremodo prolungata. Nel caso di crisi epilettica di tipo tonico-clonico, che

rappresenta l'evento parossistico più drammatico, bisogna cercare di evitare la caduta al suolo del soggetto. Tuttavia, poiché la crisi è improvvisa, tale accorgimento è raramente attuabile. Se quindi il soggetto è già a terra bisogna cercare di porre sotto al capo qualcosa di morbido in modo che durante la convulsione non continui a battere ripetutamente la testa sulla superficie dura. terminate le scosse, è utile slacciare il colletto della camicia o della maglia e ruotare la testa di lato per favorire la fuoriuscita di saliva e permettere una respirazione regolare. Una volta terminata la crisi il soggetto ha bisogno di riprendersi con calma.

Se queste sono le uniche manovre utili, bisogna evidenziare soprattutto cosa "non fare":

- non tentare di aprire la bocca per impedire il morso della lingua o perversamente il rovesciamento;
- non tentare di inserire in bocca oggetti morbidi o rigidi;
- non bloccare braccia e gambe;
- non somministrare acqua, farmaci o cibo.



STUDIO MEDICO VENERE
Dott. Pietro De Nicola Dott.ssa Giuseppina Masini
LABORATORIO MEDICO DI FISIOTERAPIA

Luce pulsata - Radiofrequenza - Cavitazione
Vacuum - Magnetoterapia - Laser a Diodo
Carbossiterapia

scopri i benefici
di VacuMagic

- ✓ Perdita di peso
- ✓ Miglioramento della circolazione
- ✓ Miglioramento della condizione fisica
- ✓ Contrasto inestetismi della pelle
- ✓ Eliminazione delle tossine e dei liquidi in eccesso
- ✓ Accelerazione del metabolismo
- ✓ Recupero tono muscolare
- ✓ Pelle più liscia e compatta

slim press per epilazione definitiva



1500 calorie in soli 30 minuti

NOVITÀ

**MOVIMENTO+INFRAROSSO+EMS:
DIMAGRIMENTO ASSICURATO**

Via Padre Reginaldo Giuliani, 2
SORRENTO (NA)
Tel. 081 8771979 - 3393346638



I CENONI TI STRESSANO? *ci pensiamo noi!*

Contattaci e diamo forma al tuo cenone

Visitaci per i tuoi regali natalizi.

Scegli un vino pregiato dalla nostra cantina,
i migliori panettoni artigianali, i dolci delle feste di Luciano Russo.



LE TRE ARCADE

GASTRONOMIA POLIVALENTE

dal 1991

Programma Natalizio

24/12 aperti solo a pranzo

25/12 chiuso

31/12 aperti solo a pranzo

01/01 aperti pranzo e cena

Piazza Cota, 9/10 - 80063 Piano di Sorrento (NA)

Per info e prenotazioni: Tel. 081 532 18 49

e-mail: mail@letrearcate.com www.letrearcate.com



Mani e piedi freddi

Cosa si può fare?

Nei mesi invernali alcune persone soffrono il freddo più di altre, con il risultato di avere sempre mani e piedi freddi.

Perché? La risposta è semplice: si tratta di un meraviglioso trucco che il corpo mette in atto per mantenersi in vita. Quando la temperatura dell'ambiente si abbassa di molto, **le arterie più sottili, che scorrono proprio sotto la superficie cutanea, si restringono per limitare la dispersione di calore.** Questo meccanismo di difesa rendere fredde le estremità corporee e ne accentua il pallore in maniera piuttosto intensa. **Così facendo l'organismo riesce a conservare il calore nelle sedi vitali dove è più importante come gli organi interni a discapito però delle estremità del corpo, appunto mani e piedi.** Senza questa difesa un freddo rigido potrebbe creare sei seri problemi alla salute.

Consigli e rimedi

Per evitare il raffreddamento è buona abitudine coprire bene mani e piedi, soprattutto durante i mesi più freddi e quando ci si trova all'aria aperta, **indossando un paio di guanti e di calzini pesanti ma non troppo stretti.** Anche durante l'inverno non sottovalutare l'importanza di **fare un po' di movimento e di attività fisica regolare così da migliorare la circolazione sanguigna.** Se le mani ed i piedi risultano freddi dopo essere rimasti a lungo seduti alla scrivania, è bene alzarsi e compiere dei movimenti rotatori per stimolare la circolazione e riscaldare le mani, accompagnati da una breve camminata per la stanza per riattivare la circolazione a livello dei piedi.



Scarti di gusto



Pesto di ciuffetti di carota

Quando compri le carote fresche, non buttare via i ciuffi, tagliali e se non puoi usarli subito mettili in un vaso con dell'acqua fresca come se fossero dei fiori, così si conservano per 1-2 giorni. e potrai usarli con più calma. Ricordati di lavarli bene con acqua e aceto di mele per eliminare tutti i residui di terra, Al momento di usarli elimina i gambi che sono coriacei e usa gli ultimi getti sottili con le foglie.

PREPARAZIONE

Questo pesto è perfetto per condire una pasta, il riso, la quinoa in una insalata estiva, o anche semplicemente spalmato su un crostino di pane

Sciacqua le foglie e i gambi delle carote in abbondante acqua, anche con qualche goccia di aceto. Asciuga molto bene ed elimina i gambi più grossi, perché troppo fibrosi. In un mixer frulla le foglie, i

gambi teneri con lo spicchio di aglio, i pinoli leggermente tostati, il Parmigiano e l'olio, fino ad ottenere un pesto liscio ed omogeneo. Regola di sale e pepe.

Utilizza subito o conservare in frigorifero, in un barattolo ben chiuso coperto con olio extravergine di oliva.

INGREDIENTI

foglie e gambi teneri di un mazzo di carote bio
1 spicchio di aglio
40 g pinoli o mandorle
30 g Parmigiano Reggiano
140 ml di olio extrav. di oliva
sale
pepe



Tre dy .com



**TRASFORMA
LA TUA CASA IN
UNA CASA VACANZE
O IN UN B&B!**

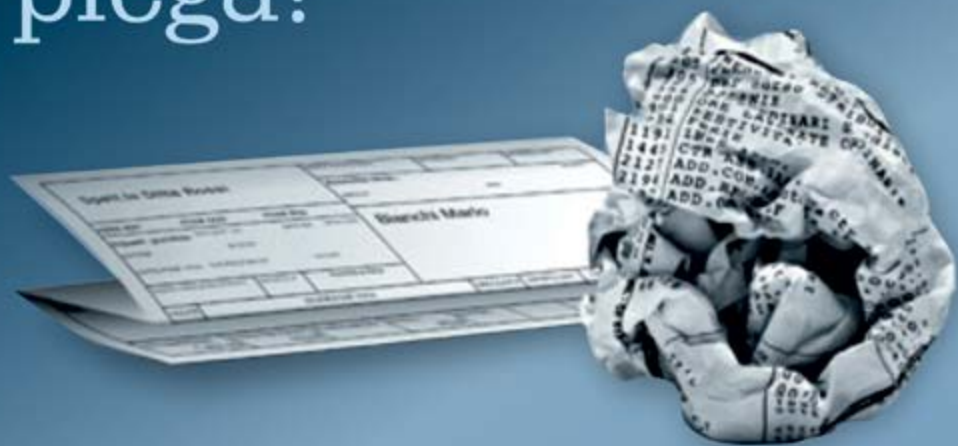
**Noi ci occupiamo
di tutto
tu guadagni!**

www.tredy.com

**Via C. Colombo 106 Meta di Sorrento (Na)
Tel. 081 5321145 - 081 5341600
Fax: 081 19731942 info@tredy.com**

BUSTA PAGA

o brutta
piega?



Gestione completa di tutti gli adempimenti
previdenziali assistenziali e assicurativi
connessi all'amministrazione del personale

STUDIO LONGOBARDI GIUSEPPE
Consulente del Lavoro

Corso Italia, 53
80063 Piano di Sorrento NA
tel. 0818790993





NASPI 2019

ASSEGNO DI DISOCCUPAZIONE INPS

LE ULTIME NOVITÀ

La Disoccupazione Naspi 2019 Inps, ovvero "Nuova prestazione di Assicurazione Sociale per l'Impiego", è la nuova indennità di disoccupazione che spetta a tutti i lavoratori dipendenti a tempo indeterminato e determinato che hanno perso involontariamente il lavoro. A questi si aggiungono altre categorie tra cui gli apprendisti. Il lavoratore disoccupato avente diritto a questo sussidio universale deve essere in possesso di tutti i requisiti di legge.

Requisito contributivo

In attesa della nuova legge di Bilancio 2019 che potrebbe portare a numerose novità e ripercussioni sulla Naspi 2019 in vista dell'entrata in vigore del reddito di cittadinanza dal 1° aprile 2019, il lavoratore disoccupato deve aver maturato almeno 13 settimane di contribuzione e negli ultimi 12 mesi almeno 30 giornate di lavoro effettivo. Ai fini della Nuova prestazione di Assicurazione Sociale per l'Impiego non sono utili i periodi coperti da contribuzione figurativa per i permessi 104 fruiti dal lavoratore per assistere un familiare.

Durata

La Naspi varia a seconda di quanti contributi si sono stati versati negli ultimi 4 anni prima del licenziamento involontario. Al disoccupato spetta per un numero di settimane pari alla metà delle settimane di contribuzione degli ultimi 4

anni. La durata massima della disoccupazione Naspi 2019 Inps è di 24 mesi, secondo quanto previsto dal Jobs Act.

Come presentare la Naspi 2019 all'Inps

Il disoccupato, al fine di ottenere la prestazione di disoccupazione, deve presentare la domanda all'INPS, in modalità telematica, entro 68 giorni dalla cessazione del rapporto di lavoro.

A seconda poi di quando viene presentata la domanda, parte il pagamento dell'importo spettante in tempi diversi:

- **ENTRO 8 giorni** dal licenziamento: la prestazione è erogata a partire dall'ottavo giorno successivo alla data di cessazione del rapporto di lavoro;
- **DOPO 8 giorni** dal licenziamento: la disoccupazione parte dal giorno successivo a quello di presentazione della domanda;
- **DOPO 8 giorni** a causa di malattia, maternità o infortunio: il pagamento parte dall'ottavo giorno successivo al termine dell'evento.

Novità

La disoccupazione per il 2019 continuerà ad essere corrisposta mensilmente, per un numero di settimane pari alla metà di quelle di contribuzione degli ultimi 4 anni. Non possono essere considerati utili, i periodi contributivi che hanno già dato luogo ad erogazione di altre prestazioni di disoccupazione. ■



FIBROMIALGIA: Cosa può fare il fisioterapista

La fibromialgia interessa circa il 2-8% della popolazione, in prevalenza il sesso femminile. Questa malattia si manifesta con **stanchezza evidente sin dal mattino, dolore diffuso, rigidità, debolezza**. Fare una diagnosi del disturbo non è facile perché non esistono esami di laboratorio che ne permettano un' inequivocabile identificazione.

Per trattare alcuni sintomi della fibromialgia la prima regola è **educare adeguatamente il paziente affinché eviti comportamenti sbagliati**. Il paziente affetto da fibromialgia dovrebbe **limitare gli sforzi eccessivi, le attività troppo gravose, concedendosi quotidianamente del tempo per rilassarsi**. E' fondamentale rimanere attivi e svolgere senza limitazioni le normali attività quotidiane, **evitando prolungati periodi di inattività**, poiché si potrebbe

correre il rischio di aumentare la rigidità muscolare e il dolore.

Si ottengono buoni risultati anche **praticando una leggera attività fisica con un approccio graduale e regolare**. La raccomandazione è quella di mantenersi in movimento senza raggiungere il limite di affaticabilità del muscolo. **Un fisioterapista esperto può supportare ed aiutare a sviluppare un adeguato programma di esercizi, dedicato al singolo soggetto**. Il piano di lavoro fisico dovrebbe mirare a ripristinare l'autonomia motoria naturale e **favorire il recupero di mobilità passiva con esercizi di stiramento muscolare ed estensione dei gradi di movimento delle articolazioni**. Il ruolo della fisioterapia e del fisioterapista, dunque, sono fondamentali nella gestione del paziente con fibromialgia. ■



**PIZZERIA - ROSTICCERIA
GASTRONOMIA**

SPECIALITÀ
MESSICANE

PRIMI E SECONDI
PIATTI A PRANZO

**Chiuso Per
Pranzo**

**BRACCIO
DI FERRO**

VIA RIPA DI CASSANO, 8/10 PIANO DI SORRENTO (NA)

CONSEGNE A DOMICILIO TEL. 0818786503

STUDIO DI FISIOTERAPIA

Dott. Francesco Di Maio

VALUTAZIONE DELL'ATTEGGIAMENTO
POSTURALE DURANTE IL MOVIMENTO

GLI ALTRI SERVIZI:

- Tecar terapia
- Riabilitazione ortopedica e sportiva
- Riabilitazione neurologica
- ESAME BAROPODOMETRICO STATICO
E DINAMICO CON TREADMILL
- Riabilitazione posturale con metodo Meziers
- Linfodrenaggio con metodo Vodder
- Ultrasuoni
- Laser terapia
- Magnetoterapia
- Tens
- Elettrostimolazione
- Riabilitazione propriocettiva
- Kinesiotape
- Massoterapia
- Pressoterapia
- Noleggio della magnetoterapia
o dei campi pulsati

Via Rota, 79 • Sorrento (NA) • Tel. 338.4988774
studiodifisioterapiadimaio@gmail.com





Verso un anno felice...

il modulo
arredamenti

Via degli Aranci, 33d - SORRENTO (NA)



Chiara Nardi

Il Karaoke Show che piace anche ai giovani

Questo mese LeggimiGratis ha incontrato Chiara Nardi, imprenditrice sorrentina che da diversi

anni svolge con passione la sua professione di cantante e musicista. Fresca diplomata presso la "Vocal Power Academy" nella sede italiana di Brescia, Chiara ha studiato il Metodo Vocale di Elisabeth Howard, inoltre è stata allieva di Amedeo Siotto presso la Scuola di canto "Si Cantare". Il meritato successo di Chiara Nardi è sicuramente frutto della grande preparazione artistica acquisita con anni di studio ma anche dell'esperienza maturata nel campo della musica e dell'intrattenimento dal vivo che le hanno permesso di farsi conoscere ed apprezzare da un vasto pubblico di giovani e non solo.

Sempre alla ricerca di nuovi eventi da proporre al pubblico, chiediamo a Chiara Nardi di raccontarci dei

progetti ai quali sta lavorando e che presenterà a breve.

"Già a partire dal questo mese di dicembre sarò nei locali con il mio nuovo "FashionTour". Si tratta di ben 11 serate a tema dedicate ogni volta ad un soggetto differente: si inizia con la moda, poi l'arte, il design e così via. Per ogni evento sono stati preparati dei gadget di benvenuto per i partecipanti, ad esempio la prima serata dal tema "Les Parfums" vede come protagonisti diversi set di noti profumi internazionali che verranno offerti gratuitamente ai clienti nel Kit di Benvenuto che prevede anche un cofanetto con biglietti e matite per indicare le canzoni che si desiderano cantare, da scegliere da un album di ben 30.000 basi musicali italiane e internazionali. La serata comprende anche intrattenimento con messaggeria istantanea, Dj set di hit at-

dall' **8** al **20** Dicembre

Per il tuo
Shopping
di Natale scegli



SUI GENERIS

ABBIGLIAMENTO UOMO

Corso Italia, 12 - Piano di Sorrento

per ogni
100€ di spesa

Ricevi in regalo
un buono di 15€
sulla prossima



La 1ª pista outdoor Kart Elettrici del sud Italia



**Novità
Assoluta**



**A NATALE REGALA L'EMOZIONE
DI UN GIRO IN PISTA**


PACCHETTO SMALL
3 GIRI € 30,00


PACCHETTO BIG
6 GIRI € 50,00


PACCHETTO LARGE
13 GIRI € 100,00

RISTORANTE - PIZZERIA - BAR

Via Cnaale, 14 - S. Agata sui deo Golfi - MASSA LUBRENSE (NA)
Tel. 081 833 0205 - Cell. 338 1622286 / 360 842188 / 338 3775454
www.parcosportivosantanna.it - parcosportivosantanna@gmail.com

tuali e un gioco sensoriale tutto da scoprire. Per ogni evento sarà presentata anche il [#Facciamolabreve magazine](#), un giornale che riporterà le [hit di successo](#) di ogni mese, l'artista selezionato per ciascuna serata con la [relativa discografia](#) tra cui scegliere. Altra novità di quest'anno il [Karaoke Video Live](#) che offre ai più timidi la possibilità di duettare con il proprio cantante preferito mentre scorre sui monitor del locale il video ufficiale della canzone prescelta. Altre serate previste sempre per il mese di dicembre sono il "Christmas Pearl" con tombolata elettronica e originali gadget di benvenuto dal sapore chiaramente natalizio, creazioni da appendere all'albero tutte confezionate con materiale da riciclo per dare risalto a [temi importanti](#) come la [raccolta differenziata](#), il [riciclo dei materiali](#) e la [necessità di salvaguardare l'ambiente](#); il "Diamond MakeUp Party" che prevede come ospite la bravissima [makeup artist Valentina Panico](#) che [truccherà le ospiti femminili](#) con dei [strepitosi makeup personalizzati](#) da sfoggiare per le feste e le occasioni speciali."

In questa fantastica avventura di lavoro Chiara Nardi non è sola: è supportata da un team molto affiatato che contribuisce al successo di ogni evento. [Le chiediamo di presentarci i professionisti che fanno parte dello staff della New Project Entertainment](#) di cui Chiara è direttrice artistica.

"Siamo un gruppo di amici sorrentini molto unito che condivide la stessa passione per la musica e il canto. Il Dj della band è il bravissimo [Massimo Russo](#) con alle spalle 20 anni di carriera nell'ambito della musica, già a 16 anni comincia ad esibirsi nelle discoteche della Penisola Sorrentina. Vanta un curriculum di tutto riguardo la talentuosa [Stefania Barretta](#) che si alterna negli eventi con la grande [Mery Casa](#), dotata di una bellissima voce limpida ed espressiva, nel ruolo di presentatrice, speaker, intrattenitrice e cantante. Dietro le quinte il valido aiuto dell'espertissima [Daiana Alloggio](#), animatrice travolgente e speaker avvincente al

momento in pausa maternità, che contribuisce in maniera decisiva alla riuscita di questi eventi di successo. Vantiamo inoltre numerose collaborazioni con altri professionisti del settore."

Sempre nel mese di dicembre Chiara Nardi e la sua New Project Entertainment saranno presenti alla rassegna di [eventi promossi dal Comune di Sorrento](#) per l'undicesima edizione della kermesse "[M'illumino d'Inverno](#)" nella serata del 28 dicembre presso il Borgo di San Nicola alle ore 17.00 con la tipica Tombolata in collaborazione con i commercianti del borgo. [Per conoscere tutti gli eventi in programma segui su Facebook la New Project Entertainment](#) dove di volta in volta verranno pubblicati gli impegni in programma per Chiara Nardi e il suo staff.

■



FASHIONTOUR





**open day
for christmas**

**I bambini del Conservatorio
Santa Maria delle Grazie
vi invitano nel loro magico mondo del Natale**



**Il 15 Dicembre dalle 17:00 alle 19:30 ed il 16 Dicembre
dalle 10:00 alle 12:30 e dalle 17:00 alle 19:30**

vi aspettano nel villaggio di Babbo Natale allestito
nella loro scuola dove vi delizieranno con zeppole,
cioccolata calda, zucchero filato, pop-corn e tante altre sorprese.

Il 20 Dicembre alle ore 18:00

gli alunni ed ex alunni
canteranno per voi l'atmosfera del Natale presso la Basilica
di Sant'Antonino in Sorrento.



Il 22 Dicembre alle ore 18:00

i bambini vi condurranno nel fantastico
mondo de "Lo Schiaccianoci e i 4 regni"
presso il Teatro Tasso di Sorrento.



La Biblioteca Gastronomica

Angie Cafiero

L'inaugurazione di una biblioteca è un evento già di per sé emozionante: un patrimonio di cultura e sapere che viene donato e reso fruibile per la libera consultazione e divulgazione da parte della cittadinanza arricchisce ed eleva la collettività nel progresso e nella conoscenza. Ma la cerimonia di inaugurazione della **Biblioteca Gastronomica intitolata ad Angie Cafiero**, domenica 4 novembre, in via Tommaso Astarita 50 a Meta, nella sede dell'associazione culturale di cui faceva parte, **Sfumature in Equilibrio**, presieduta da **Antonio Fienga**, ha avuto un sapore ancora più intenso, perché dedicata a una perla rara della Penisola sorrentina, la cui perdita lo scorso maggio ha lacerato profondamente tutti quanti l'hanno conosciuta, stimata, amata.

Tanta la partecipazione, emozionata e commossa, per il taglio del nastro, una vera festa corale voluta dal sindaco **Giuseppe Tito** e dall'Amministrazione Comunale tutta, rappresentata nella serata dall'assessore alla Cultura **Biancamaria Balzano** e dall'assessore alla Pubblica Istruzione **Angela Aiello**, presenti assieme al padrino della biblioteca, **Antonio Cafiero**, e alla nipote di Angie, **Luisa Gargiulo**, che ha raccolto i volumi donati dalla indimenticabile zia.

Personaggio straordinario della cultura sorrentina per vivacità intellettuale, inesausta curiosità, ampia cultura, immediata simpatia, entusiasmo e progettualità, **Angie**, giornalista, scrittrice, blogger, fotografa, organizzatrice e presentatrice di eventi letterari, esperta di cucina e fondatrice del gruppo dei **Fondamentalisti Gastronomici** per la riscoperta e la tutela dei piatti della tradizione, presidente della Commissione **Pari Opportunità**, responsabile per **Sfumature in equilibrio** della for-



tunata rassegna LibriAmo, ha dato tantissimo nella sua troppo breve vita alla comunità del suo territorio, visceralmente amato.

"Siamo orgogliosi di aver sposato l'iniziativa, così quanto ci rende fieri che tale biblioteca porti il nome della nostra illustre cittadina - ha detto il Sindaco - membro attivo della nostra comunità ed emblema dell'amore per la cultura e per il territorio". Il sorriso immortale di Angie vive indelebilmente nel cuore della comunità che l'ha tanto amata, e continuerà a farlo nel segno dei **progetti realizzati nel solco del suo operato. Tra cui la realizzazione di "Babybank Meta", un servizio per il riuso solidale e gratuito di tutto quanto può occorrere a un bambino: abitudini, scarpe, attrezzature, giochi,**

concesso in prestito gratuito a chiunque ne faccia richiesta, aperto il martedì e il giovedì dalle 10 alle 12 e dalle 16 alle 18 in via Tommaso Astarita 50. La stessa sede dove ha preso vita la biblioteca gastronomica, uno dei desideri più grandi di Angie.

Il progetto, realizzato dal socio di Sfumature in equilibrio Francesco Stanislao D'Auria, studente in Ingegneria Edile-Architettura, è partito dalla generosa volontà di Angie di donare alla collettività la sua amata collezione di libri di cucina e non, raccolta negli anni con grandissimo impegno e passione. La Biblioteca Gastronomica Angie Cafiero vuol rappresentare una potente offerta culturale per il Comune di Meta e il territorio peninsulare, capace di dare alla comunità e soprattutto ai giovani l'opportunità di scoprire e coltivare tradizioni, culture e passioni. **Nella biblioteca sono compresi i testi raccolti dalla stessa Angie nel corso della sua vita, in prevalenza a carattere culinario con storie e ricette locali, regionali, italiane ma anche internazionali, persino in lingua cinese, giapponese e araba, che riflettono le tradizioni enogastronomiche di ogni Paese del mondo, ma anche libri di storia locale, filosofia e classici della letteratura di ogni tempo e luogo; altri volumi sono stati invece donati da privati, soprattutto scrittori, intellettuali e altri amici di Angie, che hanno fatto a gara a raccogliere testi in una vera maratona di affetto e devozione per lei.**

La biblioteca sarà aperta e fruibile a tutti. Nella sua specificità di biblioteca di pubblica lettura, in linea con quanto previsto dal Manifesto UNESCO per le biblioteche pubbliche, essa persegue l'obiettivo di promuovere, attraverso la partecipazione, una crescita culturale attenta e consapevole della comunità, garantendo accesso pubblico al materiale bibliografico e valorizzando la cultura, la cultura, la conoscenza e l'informazione. Si tratta della **prima Biblioteca Gastronomica della Regione Campania, e una delle pochissime in Italia.** E' bello che ci sia a Meta, è bello che si chiami Angie Cafiero. Perché Angie ci ha sempre insegnato che la gastronomia è arte, storia, cultura. E come ogni forma di arte, storia, cultura, anche la gastronomia va conservata e tramandata.





GAMMA HYBRID ARISTON LA PIÙ COMPLETA ED AVANZATA



/ GENUS ONE
HYBRID NET

/ GENUS ONE HYBRID
FLEX NET

PACCHETTI COMPLETI

I prodotti della gamma genus one hybrid rappresentano sistemi che includono la caldaia a condensazione di ultima generazione serie ONE e la pompa di calore Nimbus M NET. Rispondono a tutte le esigenze sia per la ristrutturazione che nuova edilizia (modelli flex).

Dotati della migliore tecnologia, provvedono al riscaldamento, raffrescamento ed acqua calda sanitaria e sono tutti connessi di serie ad Ariston NET.



Corso Italia, 88 - META (Na) gasclima@inwind.it - www.gasclima.com

Tel./Fax 081 19259307 Cell. 338.4695674



CONFECCOMMERCIO
IMPRESE PER L'ITALIA
ASCOM PIANO DI SORRENTO



Città di
PIANO DI SORRENTO

Christmas 2018

**VINCI
CON LO
SHOPPING
di NATALE**

GRATTA E VINCI SUBITO
BUONI SPESA DA 500, 100 e 10 €
A PIANO DI SORRENTO

**DALL'8 DICEMBRE
AL 5 GENNAIO 2019**

www.ascompiano.com

**REGOLAMENTO PRESSO I
PUNTI VENDITA ADERENTI**

MONDADORI
BOOKSTORE

Piazza Cota - Piano di Sorrento



Treesse

qualità e freschezza

Corso Italia, 357 - PIANO DI SORRENTO - TEL. 081.808.875

ACQUA & SAPONE
Piazza della Repubblica, 19-21
Corso Italia, 194
PIANO DI SORRENTO

LE TRE ARCADE
Piazza Cota, 8/10 - Piano di Sorrento (NA)
Tel. 081.533.1649
mail: info@letriarcade.com - www.letriarcade.com

euronics
Mastellone
Piano di Sorrento
Via della Rosa, 40

DEGA Motor
KM 0 • NUOVO • USATO
AZIENDALE • ASSICURAZIONI
PIANO DI SORRENTO (NA) - Via Bogusa, 11
Tel. 081.804.233

CORSO ITALIA
PIANO DI SORRENTO
www.corsositalia.it

newelectra
impianti tecnologici
Via Madonna di Rosalia, 29 - Tel. 081.807.733
PIANO DI SORRENTO (NA)
info@newelectra.it - www.newelectra.it

URLO
Cena Italia
Piano di Sorrento

**Banca di
Credito
Popolare**
Gruppo Banca di Credito Popolare

**MA.RO.
MARKET**
Via Mortora, 56 - Tel. 081878.60.87
Piano di Sorrento

COSTANTINO
Abbigliamento Uomo - Donna - Bambini
Biancheria Intima e per la Casa
Tutto per il vacanze
Costanti Mare
Via S. MICHELLE, 44/46 - TEL. 081.5322711
PIANO DI SORRENTO

FINALCOI
Bricoio
Vi a Casa Rosa, 44
Piano di Sorrento

STAZIONE di SERVIZIO
Rossi Salvatore
GPL • GASOLIO • BENZINA
AUTOLAVAGGIO • ACCESSORI AUTO
SELF SERVICE 24H e SERVIZIO
Via G. Merello, 20 - PIANO DI SORRENTO
Tel. 081.5322557

Nuovo concorso Ascom a Piano di Sorrento

Si vince subito e di più

**250.000 GRATTA E VINCI IN CIRCOLO
15.000 EURO IN PALIO E
1.300 PREMI ISTANTANEI**



Si vince subito e di più: queste sono le novità principali del nuovo Concorso a premi della Confcommercio Ascom di Piano di Sorrento pensato per il periodo natalizio. Dall'8 dicembre 2018 fino al 5 gennaio 2019 tutti coloro che spenderanno nei negozi carotteschi aderenti all'iniziativa riceveranno gratuitamente un tagliando, un vero e proprio "gratta e vinci", con cui scoprire all'istante se ci si è aggiudicati uno dei 1300 premi in palio. Il montepremi totale è di 15.000 euro suddivisi in buoni da spendere nei negozi Ascom aderenti al Concorso "Gratta, vinci e spendi".

Niente più coupon da imbucare nelle urne disseminate per la città, ma 250.000 tagliandi da ricevere al momento dell'acquisto di cui 1000 vincenti da 10 euro, 25 da 100 euro e 5 da 500 euro. I tagliandi vincenti sono spendibili, immediatamente e/o fino al 31 marzo 2019, solo presso i punti vendita partecipanti al concorso, segnalati con la locandina dell'iniziativa apposta in vetrina o all'interno dell'esercizio commerciale e sul sito www.ascompiano.com

«Abbiamo deciso di fare le cose in grande e di cambiare leggermente le modalità di vincita - spiega il presidente dell'Ascom Piano di Sorrento **Gianluca Di Carmine** - Il concorso è sempre stato molto apprezzato sia dai soci che dai clienti. L'idea di pre-

miare ancora più persone, contribuendo ad alleggerire le famiglie dalle tante spese tipiche del periodo di Natale, ci ha convinto subito. È il nostro modo per ringraziare chi predilige sempre le nostre attività locali e per far girare l'economia del paese».

Intanto fervono i preparativi anche per gli eventi di Natale. Novità del 2018/2019 gli appuntamenti organizzati in collaborazione con l'Istituto comprensivo di Piano di Sorrento e con il patrocinio del Comune di Piano di Sorrento. Con l'intento di valorizzare e premiare la fantasia dei più piccoli, **una giuria composta dal Presidente Ascom Gianluca Di Carmine, il socio Ascom nonché titolare della Mondadori Giovanni Pepe, il dirigente scolastico Maria Rosaria Sagliocco e l'artista Angela Vinaccia** ha scelto i disegni più belli ispirati ai mesi dell'anno nella terra carottese. I vincitori andranno a comporre il calendario "Calendoscuola" che verrà distribuito durante la tombolata per i piccoli a Piazza Cota il 18 e il 20 dicembre. «È interessante capire come i bambini di oggi percepiscono la nostra città - commenta il presidente Di Carmine - ringrazio gli sponsor, l'Istituto comprensivo e il Comune, in particolare **l'Assessore Rossella Russo**, per aver sostenuto questo progetto insieme a noi».

O' Professore 1912

Azienda Agricola in Penisola Sorrentina

TRACCIABILITÀ? Sì Grazie! Made in Piano di Sorrento

Negli ultimi tempi l'esigenza di riconoscere l'origine dei prodotti, soprattutto alimentari, ha generato il concetto di tracciabilità, ovvero conoscerne la provenienza, i movimenti ed i percorsi effettuati di quello che si sta acquistando o consumando, verificare cioè il luogo di produzione della materia prima, la sede dell'impianto di trasformazione, di chi lo confeziona e chi lo distribuisce.

Una specifica normativa entrata in vigore lo scorso Aprile disciplina la materia ed obbliga ad una etichettatura più trasparente, e così spesso ci ritroviamo a leggere etichette con "... Prodotto in Italia, confezionato da Tizio, origine italiana, distribuito da Caio, stabilimento di produzione XX ecc.." ma in concreto ben pochi riescono ad avere informazioni certe ed assolute dell'origine del prodotto che si vuole comperare o mangiare.

A Piano di Sorrento, lungo il Corso Italia c'è l'Azienda Agricola O' Professore 1912: dal cancello civico 236 seguendo lo stretto viale si accede ad un variegato mondo di biodiversità che rappresenta l'esempio di "Giardino Sorrentino" tipico della nostra Terra che, tra colori, profumi ed anche sapori, sul finire dell'800 stregava viaggiatori di ogni latitudine alimentando il mito di Sorrento, dando spunto con i fiori d'arancio alla famosissima canzone "Torna a Surriento".

Oltre agli agrumi, la tradizione agricola contempla anche coltivazioni minori di drupacee (pesco, susino, albicocca, ciliegio, mandorlo), pomacee (melo, pero, cotogno), noci, fichi, olivi, e viti lungo le spalliere sui pergolati di protezione, in una consociazione storica dovuta alla ristrettezza del territorio, ma che regala prodotti eccellenti in nome di una biodiversità che è congenita con le

peculiarità del suolo di origine vulcanica.

Partendo da questa disponibilità di materie prime, coccolate dalla fioritura fino alla raccolta nel rispetto delle stagionalità, seguendo procedimenti e ricette di Famiglia tramandate dalla memoria e dalla sapienza delle Donne di Casa, prepariamo delle squisite marmellate e confetture ed elaboriamo dolci bontà che da sempre hanno deliziato i frequentatori di Casa Maresca, tutto senza alcun utilizzo di conservanti, additivi o coloranti (acquistando solo farina, zucchero e cioccolato).

Chi ha assaporato le **SCIUSCELLE** (squisiti dolci dalla forma che richiama il frutto dell'albero di carrubo ricoperti di cioccolato) il **BASO** o Bacio di Sorrento (elegante pralina racchiusa uno scrigno di cioccolato che incanta come un bacio d'amore) le **FETTE DI ARANCE CAMELLATE** (ideali per uno snack dolce, aromatico e genuino) il **LIMOMCIO** (matrimonio perfetto tra i nostri Limoni IGP Sorrento e cioccolato) le **SCORZETTE RICOPERTE** (ottenute con lento processo di canditura che dura oltre 40 giorni), ed ancora le **MARMELLATE** e le **CONFETTURE**, le **CILIEGE** e l'**UVA CORNAIOLA** all'Anice, le **PERCOCHE** Spiritose, i **FICHI A COPPIE**, resta estasiato dalla genuina fragranza dei sapori, incantato dall'eleganza dei colori, inebriato dai profumi.

Sono disponibili varie confezioni, ma su richiesta prepariamo cesti e vassoi per qualsiasi esigenza con l'intento di stupire con bontà e squisite emozioni alla portata di tutti.

In tempo di NATALE è così possibile rilevare la tracciabilità di autentici prodotti della tradizione e tipici del nostro territorio: vere BONTÀ' prodotte con l'amore per le cose di casa e null'altro
Made in Piano di Sorrento .



*Bontà a
Km. 0*

*prodotti con l'amore per
le cose di casa e ... null'altro*



**con i nostri prodotti prepariamo varie confezioni
E SU RICHIESTA VASSOI E CESTI REGALO
con possibilità di recapito a mezzo corriere**



Corso Italia, 236

Piano Di Sorrento (Na)

TEL. 081 8786474 - CELL. 3394607420

www.oprofessore1912.com info@oprofessore1912.com



Salute Naturale

PREVENZIONE ALLERGIE PRIMAVERILI

Si possono prevenire le allergie primaverili di cui tante persone ne soffrono, con numero sempre maggiore, ogni anno? Parecchie persone, di ogni fascia di età, attendono con preoccupazione l'avvicinarsi di fine febbraio-marzo quando cominciano a volare i pollini e la rinascita di altre piante che agli allergici causano anche seri disturbi.

La prevenzione con metodi naturali è possibile o quanto meno alleviare di parecchio i sintomi di sofferenza e disagio.

Molti si rivolgono alle cure omeopatiche, che in molti casi sono efficaci su occhi che lacrimano, naso che cola, starnuti, sensazione di avere la testa ovattata, ecc.

La riflessologia plantare si è rivelato un mezzo molto efficace per prevenire i fastidiosi effetti dell'allergia primaverile. Non è invasiva, non si devono assumere farmaci di nessun tipo e tramite delle stimolazioni su punti specifici su entrambi i piedi, l'attento riflessologo o terapeuta, va a rinforzare i vari sistemi o apparati dell'organismo, che saranno sotto pressione nel periodo più duro per loro.

L'apparato respiratorio (bronchi, polmoni, naso, gola); il sistema immunitario, in primis ci difende da attacchi esterni di allergeni e agenti patogeni di ogni tipo. Se degli allergeni dovessero essere molto forti e non sconfitti dai linfociti, almeno daranno un lieve fastidio.

La riflessologia plantare dà ottimi risultati anche per asma allergica. Consiglio questi trattamenti anche per soggetti asmatici che non sono allergici. Scrivo per esperienza personale e professionale. E' consigliabile, come tutte le prevenzioni, cominciare con rimedi o trattamenti naturali, almeno un paio di mesi prima che si entri nel periodo difficile. In questo modo l'organismo si è rinforzato abbastanza e gli effetti degli allergeni saranno lievi o non compariranno affatto. Particolarmente attenzione ai giorni ventosi quando i pollini si alzano nell'aria in grande numero.

Un tenore di vita salutare con attività fisica, nutrimento di prodotti freschi e di qualità. Dormire a sufficienza. Non saltare mai i tre pasti principali. Evitare forte stress. (Sappiamo che lo stress emotivo e fisico ci può causare gravi problemi di salute, tra cui anche allergie che prima non avevamo).

Molto utili sono anche gli estratti di piante come: Rosa Canina, Acerola, Echinacea, Eleuterococco, Vit. C, Curcuma, Pappa Reale ecc. in gocce o in pastiglie daranno un ottimo contributo. Si potranno procurare nelle farmacie naturali o erboristerie.

Iniziare la prevenzione prima del periodo delle allergie primaverili è il segreto per affrontare quei mesi, di solito, da marzo a giugno, con molta più serenità.

Dott.ssa Rosaria Aprea
Naturopata
Riceve su appuntamento
Tel. 339.54.25.327



Più di
2000
prodotti
per una
vita Bio.



TramedelBio

**ALIMENTI DA AGRICOLTURA BIOLOGICA
E PRODOTTI NATURALI**

**SENZA GLUTINE
VEGANI / VEGETARIANI
PER L'INFANZIA**

Vasta scelta di prodotti per celiaci, rimborsabili



PIANO DI SORRENTO
Corso Italia 10 / infoclienti 081.183.80.417



www.tramedelbio.it



POSTURA E DENTI perché sono in relazione?

Il corpo umano è spesso visto come un semplice contenitore di organi, ma ha preso sempre più forma l'idea di un sistema le cui componenti fisiche e psicologiche dialogano di continuo alla ricerca dell'equilibrio. A conferma di questo, non è raro trovare chi, per sintomi vari, trova nel trattamento dell'apparato stomatognatico una soluzione ai propri disagi, grazie a professionisti capaci di riconoscere le correlazioni tra parti del corpo apparentemente distanti. Questi aspetti sono supportati da molte evidenze cliniche, ma non vanno presi come soluzione di tutti i mali.

Non è un segreto che il settore che vede i denti come protagonisti è ricco di svariate e stravaganti proposte, spesso molto onerose e, a mio avviso, suggerite con troppa facilità anche a chi di fatto presenta solo alcuni problemi estetici.

Si stanno sempre più sviluppando alcuni studi scientifici che cercano di valutare la correlazione tra malocclusioni dentali, cefalee e algie facciali, visto il notevole incremento di tali disturbi. I segnali più importanti dell'implicazione dell'articolazione temporo-mandibolare (che d'ora in poi chia-



Gruppo Castelli
praticar s.n.c.

Pratiche Auto...

- immatricolazione
- rinnovo e duplicati di patenti in sede
- estratti e visure
- trasferimenti di proprietà veicoli



SERMETRA

Controllo gratuito
presso Regione Campania

Pagamento bolli auto e moto

Via Casa Rosa, 59 - Piano di Sorrento (NA)

Tel. 081.19201854 - praticaragenziapiano@libero.it



Per informazioni o prenotazioni:

cell. 3388317708
www.osteopatiagiglio.eu
silviogiglio86@gmail.com



Dott. Silvio Giglio

Fisioterapista e Osteopata D.O.M.R.O.I.

- Artrosi e dolori della colonna vertebrale
- Periartrite, epicondilitis, sindrome del tunnel carpale
- Sciatalgia e sindrome del piriforme
- Colpi di frusta
- Disfunzioni dell'articolazione temporo-mandibolare
- Cervicalgia e brachialgia
- Mal di testa, emicranie, cefalee, acufeni, vertigini
- Problemi respiratori, digestivi, intestinali
- Problemi a neonati e bambini
- Donne incinte
- Dismenorrea, amenorrea, dolori mestruali
- Problemi urogenitali
- Stati d'ansia e insonnia
- Dolori muscolari e articolari in genere
- Traumi distorsivi a caviglie e ginocchia
- Tendiniti, ipotonie muscolari e affaticamento da sport

Piano di Sorrento - Il trav. San Michele, 7 | **Napoli** - Piazza Cavour, 152

Firenze - via della Rondinella, 66 - via Palazzuolo, 120 | **Castiglione del Lago** - via B. Buozzi, 88



Φ FitClub

di Carlo Amato

PERSONAL TRAINING

Augura a tutti Buon Natale e Felice Anno

CORSO ITALIA, 26 - META - TEL. 081.808.83.18



idroteck

DI FRANCESCO S. RUGGIERO

IMPIANTI IDRICO-SANITARI

- realizzazione impianti idrico sanitari
- installazione box doccia e vasche per idromassaggio



RISCALDAMENTO E CONDIZIONAMENTO IMPIANTI IDRICO-SANITARI

- impianti di riscaldamento tradizionali e a pavimento
- termocamini a pellet, a legna e misti
- termostufe a pellet
- montaggio termosifoni e termoarredo
- caldaie per acqua sanitaria e riscaldamento
- impianti di condizionamento ad acqua e a gas

Tel. 339 7788387 - email info@idroteckSORRENTO.com
www.idroteckSORRENTO.com

meremo ATM) nel dolore facciale, ad esempio, sono **la difficoltà ad aprire la bocca, click e scrosci articolari durante l'apertura e la chiusura della mandibola e dolori durante i movimenti di diduzione.** La persona che soffre di tali disturbi generalmente viene visitata dal medico di base, dal fisiatra, dall'ortopedico, dall'otorinolaringoiatra e soprattutto dal dentista, dall'odontotecnico e dallo gnatologo, che sono i principali protagonisti della diagnosi di tali disturbi. **Recentemente si sta creando un'ottima integrazione professionale tra queste figure mediche e quelle degli osteopati e dei logopedisti-terapisti mio-funzionali per riuscire a trattare efficacemente queste problematiche.**

È comunque certo che una scorretta occlusione dentale, valutabile grazie all'odontoiatra, è meglio se integrata da un approccio osteopatico. **Quest'ultimo è in grado di stimolare attraverso le vie nervose una migliore attivazione e sinergia dei muscoli della masticazione: questi sono inseriti all'interno di catene muscolari, le quali contribuiscono alla gestione del sistema posturale.** È possibile quindi capire come, da un semplice precontatto dentale, si possa creare un disturbo continuo durante la giornata, frutto di informazioni incoerenti tra loro che arrivano alle centraline responsabili dell'equilibrio del corpo umano.

Da qui è possibile l'insorgenza di problematiche di ogni tipo: da quelle vestibolari a quelle tipicamente ortopediche o psicologiche, come diretta conseguenza del tentativo del sistema nervoso di cercare la miglior soluzione per gestire le informazioni che riceve dall'esterno. Spesso questi aspetti occlusali generano sia un utilizzo anomalo dei muscoli della masticazione, che un disequilibrio dell'assetto delle ossa del cranio, facilitando in alcuni casi la stimolazione anomala di nervi cranici che decorrono tra i numerosi forami. **È l'osteopata quindi che, mediante le sue abilità di manipolatore e di sensibilità manuale, riesce a ritrovare un equilibrio tra le stimolazioni dei nervi cranici e il disequilibrio craniale,** riducendo così le tensioni che si creano lavorando in sinergia con l'odontoiatra e le altre figure professionali indispensabili per la risoluzione di ogni specifico problema.

I sintomi di queste attivazioni anomale sono diversi e arrivano a colpire alcune funzioni dei vari distretti corporei: per questo, **un problema all'apparato stomatognatico può contribuire al ma-**

nifestarsi di mal di schiena, problemi viscerali, senso di pesantezza degli arti, emicrania, ronzii alle orecchie, aritmie cardiache, dolori del trigemino, perdita dell'equilibrio, stanchezza cronica e disagi psicologici.

Una determinata classe occlusale (il rapporto tra arcata superiore e inferiore dei denti) viene normalmente associata a delle alterazioni della postura. **L'osteopata, per ciò che riguarda gli squilibri muscolari prende in considerazione ciò che può avvenire nei vari distretti corporei con una visione globale e olistica.**

Va però detto che, ad una determinata occlusione non corrisponde necessariamente un disturbo di tipo cranio-facciale. Ed ecco l'importanza dell'osteopatia in supporto alla gnatologia. Innanzitutto **l'osteopata cerca di capire se effettivamente la chiusura e l'apertura della bocca influenzano il cranio e la colonna cervicale nel loro movimento.** Tramite l'osteopatia craniale, le tecniche sulla colonna cervicale, le tecniche sui legamenti della mandibola, le tecniche di detensione dei muscoli masticatori, l'osteopata cerca poi di mettere in comfort le strutture cranio-mandibolari, permettendo anche un migliore lavoro dell'ortodonzia, riuscendo talvolta a prevenire le frustranti recidive dopo l'utilizzo dell'apparecchio.

Un altro aspetto che viene preso in considerazione da un punto di vista osteopatico è la valutazione della funzione orale: ad esempio, verranno esaminate le abitudini errate del paziente, come masticare chewingum per troppe ore, succhiare le penne o il dito, mordersi il labbro, la presenza di respirazione orale o l'alterata postura della lingua durante i movimenti e a riposo. Importanti saranno allora alcune indicazioni corrette per affrontare tali abitudini errate ed eventualmente si consiglierà una consulenza logopedica.

Questi aspetti, se ben gestiti dalla collaborazione di diverse figure professionali, regalano parecchi sollievi a chi soffre di disturbi a carico di questo sistema.

Infine ricordo a chi presenta alcuni di questi disturbi di **non dimenticare di portare la questione all'attenzione del proprio medico curante così da escludere altre implicazioni.** ■

Dott. Silvio Giglio

Fisioterapista Osteopata D.O.m.R.O.I.
Il Trav. San Michele 7 - Piano di Sorrento
Tel. 338 83 17 708

Moon Milk, la bevanda “adattogena” contro stress ed insonnia

Da bere tutte le sere, il Moon Milk è un superlatte dalle potenti proprietà rilassanti, utilizzata nell'antica medicina indiana per conciliare il sonno e favorire un riposo profondo. Tutti merito de gli **ingredienti naturali presenti nel “latte di luna” che svolgono una funzione importante**: la noce moscata è considerata un sedativo naturale, il ginseng indiano o Ashwagandha (acquistabile nei negozi specializzati in prodotti naturali) è una pianta che stimola la produzione di dopamina, il miele, ricco di triptofano, calma i nervi e stimola il sonno, il pepe, cardamomo e cannella stimolano la digestione e la circolazione del sangue mentre il miele calma i nervi e stimola la sonnolenza grazie al contenuto di triptofano.

In generale, il Moon Milk viene considerato una **bevanda “adattogena”, ossia capace di aiutare il corpo nel momento in cui si trova a dover affrontare uno sforzo o un periodo particolarmente stressante, grazie all'apporto del ginseng indiano, usato come rimedio naturale in caso di stress, affaticamento, mancanza di energia e difficoltà di concentrazione.**

La ricetta è molto semplice e richiede pochi minuti; l'ideale è prepararla una ventina di minuti prima di mettersi a letto, in modo da sorseggiarla quando si è già in tenuta da notte.

Come si prepara il Moon Milk

Ingredienti

- 1 tazza di latte intero o vegetale
- ½ cucchiaino di cannella in polvere
- ½ cucchiaino di curcuma macinata
- ¼ cucchiaino di ginseng indiano e ashwagandha macinato
- 2 pizzichi di cardamomo macinato
- Un pizzico di zenzero macinato (opzionale)
- Un pizzico di noce moscata
- Pepe nero appena macinato
- 1 cucchiaino di olio di cocco vergine
- 1 cucchiaino di miele

Procedimento

Porta il latte a bollire lentamente in una piccola casseruola a fuoco medio-basso. Aggiungi la cannella, la curcuma, il ginseng indiano (l'ashwagandha), il cardamomo, lo zenzero e la noce moscata. Metti un pizzico di pepe e mescola energicamente. Aggiungi l'olio di cocco, riduci la fiamma al minimo e continua almeno per 5-10 minuti (più a lungo si bolle, più “forte” è la tisana). Togli dal fuoco e lascia raffreddare un po', per poi mescolarvi il miele (evita di cuocere il miele per non fargli perdere i suoi effetti sedativi). Versa in una tazza e sorseggia prima di andare a letto. ■



ORTOFRUTTICOLA
F.lli Federico
S.r.l.
Ingrosso e dettaglio



ORTOFRUTTICOLA PER PASSIONE

Sorrento (NA) . Via S. Renato, 25/27
Tel. e Fax 081 87 3462 - Tel. 081 807 4897
Vincenzo: 340 35 4 284 - Fabio: 338 25 33 065

Trav. Punta Capo, 14
80067 Sorrento (NA)
Tel. 081 807 2291



Alimentari
Capo

SI PREPARANO

*Cesti
Natalizi*



The King  of Sandwiches



PANINI



SALTIMBOCCA

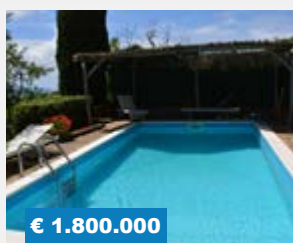


INSALATONE



Napolincasa

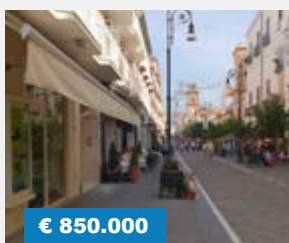
servizi immobiliari e finanziari



€ 1.800.000

MASSA LUBRENSE

Prestigiosa villa di 360 mq su tre livelli con ascensore piscina forno a legno e ampio spazio esterno di circa 1000 mq. Classe Energetica G.



€ 850.000

SORRENTO

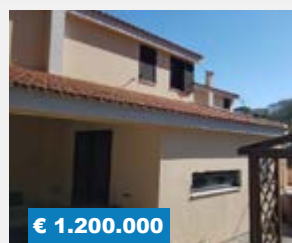
Appartamento più negozio sottostante con entrata comune. Appartamento composto da: 2 camere, cucina-soggiorno con balcone alla romana e balcone interno alla vanella. Classe Energetica G.



€ 430.000

PIANO DI SORRETO

Appartamento mansardato composto da salone, 2 camere da letto, cucina, doppi servizi e terrazzino a livello. Classe Energetica G.



€ 1.200.000

MASSA LUBRENSE

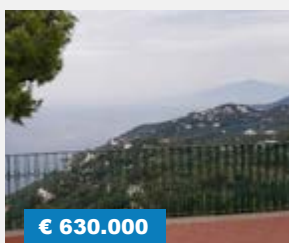
Area composta da 5024 mq di cui 2 appartamenti per uso foresteria, 2 villini più appartamento in stato grezzo. Classe Energetica G.



€ 1.100.000

MASSA LUBRENSE

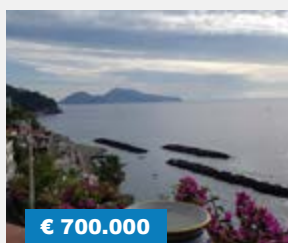
Soluzione indipendente sul porto di Massa Lubrense composto da: ingresso, salone, 3 camere, doppi accessori, terrazzo a livello, solarium e box auto. Classe Energetica G.



€ 630.000

MASSA LUBRENSE

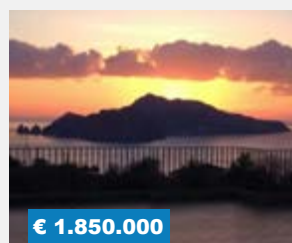
Villa indipendente panoramica, con rampa di scale di accesso, salone, 4 camere, doppi accessori, terrazzo a livello e ampio terrazzo di copertura. Classe Energetica G.



€ 700.000

MASSA LUBRENSE

Soluzione semindipendente, cucina, soggiorno, 3 camere da letto, 3 bagni e ampia terrazza con annesso box e darsena. Classe Energetica G.



€ 1.850.000

MASSA LUBRENSE

Villa adibita a casa vacanza con vista panoramica su Capri. Classe Energetica G.

Vendi o Cerchi Casa?

contattaci per una valutazione gratuita

Napolincasa - www.napolincasa.it
Tel. 081 19180841 - 339 37 32 712 - 366 95 56 250



COME AVERE CAPELLI *ultra brillanti*

Una chioma splendente non solo dona più luce al tuo aspetto, ma ti fa apparire più giovane e curata. Il requisito fondamentale per ottenere maggiore lucentezza è un capello sano con la sua cuticola ben chiusa. In questo modo, riflette la luce e mantiene la sua brillantezza. Quando questa è intatta infatti, la luce si riflette meglio rendendo capelli luminosi. Ci sono poi alcuni **semplici trucchi che aiutano ad accentuare questa naturale brillantezza e che renderanno i tuoi capelli ancora più lucenti.**

Ecco alcuni trucchi per un look splendente:

- **Usare troppo shampoo è un errore**, perché asporta la pellicola che li protegge. È consigliabile metterne un po' sul palmo della mano, diluirlo e poi applicarlo su tutta la testa massaggiandolo delicatamente con i polpastrelli. Lo shampoo è come il sale: se ne mette un pizzico e, se necessario se ne aggiunge un altro po'.
- **Dopo averli lavati, risciacqua i capelli con acqua fredda.** Questo passaggio favorisce la chiusura delle cuticole e rende i capelli più lisci.
- **I residui di calcare** dell'acqua del rubinetto si accumulano sulle fibre dei capelli, indurendoli e rendendoli opachi. Per liberarti del calcare, **puoi sciacquarli con acqua minerale.**
- **Coccola i tuoi capelli con il balsamo** ogni volta che li lavi. Gli strati più esterni del capello, che si aprono con lo shampoo, verranno di nuovo sigillati.
- **I trattamenti per capelli** riparano e nutrono i capelli in profondità, curandoli intensamente. Applica un trattamento capace di riparare e nutrire i capelli in profondità almeno una volta a settimana.
- **Per una rifinitura scintillante, applica l'olio per capelli sulle lunghezze e sulle punte.** Queste formule non appesantiscono perché sono talmente leggere che vengono immediatamente assorbite dal capello, senza residui di unto.
- **Utilizza una corretta tecnica per asciugare i capelli** dirigendo il getto d'aria dall'attaccatura alle estremità. Per accentuare la lucentezza: finisci l'asciugatura dei capelli con aria fredda.
- **Una chioma splendente si ottiene anche a tavola.** Acido pantotenico, biotina e vitamine del gruppo B sono fondamentali perché costituiscono la cheratina che compone le squame. Si trovano in alimenti come lo yogurt, la soia, i fagioli, le banane, le uova e i cereali. ■



curare la tua
bellezza
migliora la tua
immagine

Elle-F **STYLE**
di Staiano Fortunata



Elle-F **STYLE**

Gift Card



Regala i nuovi
christmas box
dell'esclusiva linea

davines
SUSTAINABLE BEAUTY

Corso Italia, 315 (Casermone) Piano di Sorrento (Na)
Tel. 081 19911593 - Cell. 339 2591221

ACQUA &



acquaerospone.it

Idee regalo bimbo



PJMASKS
CAT BOY/GUFETTA
BAGNO SCHIUMA
400 ml.

€4,90



PJMASKS
EDT 50 ml.
+ SHOWER GEL 100 ml.
+ ZAINO + COLORI

€12,90



SPIDERMAN
DOCCIA SCHIUMA 250 ml.
+ SAPONE LIQUIDO 250 ml.
+ BRACCIALE

€9,90



INCREDIBLES
DOCCIA SCHIUMA 250 ml.
+ SAPONE LIQUIDO 250 ml.
+ MASCHERINA

€9,90



**ORARIO CONTINUATO
DOMENICA MATTINA APERTO**

PIAZZA DELLA REPUBBLICA, 19/21



PIANO DI SORRENTO

CORSO ITALIA 194 - PIANO DI SORRENTO

SAPONE®

*Oltre la
Convenienza*

Idee regalo bimba

OFFERTE VALIDE
DAL 27 NOVEMBRE
2018
AL 6 GENNAIO
2019



DISNEY
FROZEN EDT 100 ml.
+ PALLA DI NEVE

€ 13,90



MIRACULOUS
LADYBUG
SHOWER GEL 3D
200 ml.

€ 9,90



WINX
SHAMPOO
& BALSAMO 250 ml.
+ SPRAY GLITTER
CAPELLI 75 ml.
+ SPAZZOLA

€ 9,90



FROZEN
CUORE
BAGNOSCHIUMA 250 ml.
+ ACQUA PROFUMATA 75 ml.
+ PORTA GIOIE

€ 9,90

Sabato
15 Dicembre
in OMAGGIO*
*il tappeto
natalizio*

40x70 cm
Disponibile in 4 varianti



Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

ANIMALI

Si regalano cani e gatti

Si regalano in adozione consapevoli cani e gatti di varie taglie ed età, anche cuccioli. Info ENPA Penisola Sorrentina.

Tel: 3337667752

IMMOBILI

Appartamento 80mq semi-indipendente

Meta: Appartamento semi-indipendente di circa 80mq composto da due camere da letto, bagno, ingresso, salone, cucina abitabile. NO AGENZIE!

Prezzo: 350.000,00 €

Tel: 0818773039

Cerco socia

Avviata attività di parrucchiere sita in Piano di Sorrento, cerca collaboratrice esperta da poter inserire nella società.

Tel. 3282778361

Vico Equense (Centro)

Ufficio con posto auto

NO AGENZIE! - Vico Equense (Centralissimo): Appartamento uso ufficio di 80mq circa composto da ampio ingresso e salone, cucina,

disimpegno, bagno, due camere da letto di cui una con terrazzo di 50mq circa. Comprensivo di posto auto scoperto di 9mq.

Prezzo: 365.000,00 €

Tel: 0818773039

S. Agnello - Terreno 1120mq

S.Agnello: Via Nastro d'Argento Terreno panoramico di 1120mq attualmente piantato ad ulivi, carciofi, amarene. Accesso carrabile. NO AGENZIE!

Prezzo: 100.000,00 €

Tel: 0818773039

Sorrento Corso Italia Box

Sorrento centro: Corso Italia Box di circa 25mq

Prezzo: 80.000,00 €

Tel: 0818773039

Sorrento Appartamento 70mq circa

Sorrento (Centralissimo): Appartamento 70mq circa con due ampi vani, cucina, bagno e ingresso. Cortile interno condominiale con zona barbecue. NO AGENZIE!

Prezzo: 800.000,00 €

Tel: 0818773039

Piano di Sorrento: Villa panoramica

Piano di Sorrento (collinare): Villa di circa 200mq panoramica con giardino di circa 1800mq, gazebo in

muratura e cucina. Zona lavanderia. Adatto anche come casa vacanze. NO AGENZIE!

Prezzo: 1.200.000,00 €

Tel: 0818773039

Sorrento (Tore): Villa triplo ingresso

Sorrento (Tore): Villa con triplo ingresso indipendente 200mq, viale privato e 3000mq terreno, Terrazzo di copertura panoramicissimo. Completamente da ristrutturare. NO AGENZIE!

Prezzo: 700.000,00 €

Tel: 0818773039

S. Agata sui due Golfi - Villa

NO AGENZIE! - S. Agata sui due golfi: Villa indipendente con doppio accesso carrabile, piscina, box di circa 33mq e giardino di circa 1800mq.

Su tre livelli. Piano terra circa 90mq, primo piano di circa 130mq e sottotetto di circa 70mq

Prezzo: 700.000,00 €

Tel: 0818773039

Vendesi costruzioni agricole

Costruzioni agricole(utili) di circa 60 mq accatastate e panoramiche con doppio ingresso carrabile circondate da 6050 mq di terreno ad ampi terrazzamenti curati, coltivati in modo predominante ad uliveto e già delimitati si vendono a Massa Lu-



META LOUNGE
VOL. 1



Listen On
Spotify



SCAN NOW

AutoOne

GROUP

Vendita e Noleggio



FIAT 500X
Nuovo modello
KM 0 - 2018
FULL
€ 15.900



FORD FIESTA
1.0 CC
5 porte
Anno 2016
€ 6.500



FIAT 500L
1.3 MJT 95CV
POP STAR
Anno 2016
€ 9.900



**JEEP
RENEGADE**
1.6 MJT
120CV
€ 15.700



**FIAT
PANDA**
1.2
69CV
€ 6.300

NOLEGGIO A PARTIRE DA € 10,00



**APRILIA
SCARABEO**



**TOYOTA
AYGO**



**CITROEN
JUMPER
9 POSTI**



**SMART
FORTWO**
da 15€ al giorno

Corso Italia 337 - Sorrento [NA]

Tel: 0818071666

Via Piombiera, 123 - Torre Annunziata [NA]

Tel. 0818628297



Seguici su   

www.autoonegroup.it

*le immagini sono a puro scopo illustrativo

Mister DASH

PER TUTTO IL MESE DI DICEMBRE
GIOCA CON NOI,
DIVERTITI E VINCI!

Fai un acquisto
scegli un numero e
vinci la tua spesa!



Via degli Aranci, 101
SORRENTO (Na)
Via Del Salvatore, 3
META (Na)

#LavoraConNoi

nahqb@tecnocasa.it



VALUTAZIONI GRATUITE

Augura
Buone Feste

SORRENTO - CORSO ITALIA, 259/D - TEL. 081 807 4381

PIANO DI SORRENTO - CORSO ITALIA 200-202 - TEL. 081 1823 63 51

VICO EQUENSE - CORSO FILANGIERI, 61 - TEL. 081 1899 22 88

EVOLUTION^{ASD} DANCE

Scuola di avviamento al palcoscenico

Direzione artistica

Lina Attanasio
Alessia Esposito
Lisa Esposito



Evolution Dance



Evolution_Dance

*Via Augusta
Buone Feste!*

Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

brene -zona San Francesco. Prezzo interessante. No perditempo.
Tel: 3384938278

S. Agnello - Locale fronte strada
Sant'Agnello - Locale fronte strada / Laboratorio / Deposito: Centralissimo locale adibito a laboratorio fronte strada di 15mq con bagnetto. Porta blindata e soppalco. NO AGENZIE!
Prezzo: 110.000,00 €
Tel: 0818773039

Piano di Sorrento: Appartamento
NO AGENZIE! Piano di Sorrento: A pochi minuti dal corso Italia Soluzione panoramica indipendente su due livelli di circa 180mq così composta: Al piano terra: ampio ingresso, cucina abitabile, soggiorno, bagno, locale deposito, cantina interrata. Ampio terrazzo attrezzato predispo-

sto per angolo cottura e lavanderia. Al primo piano: tre ampie camere da letto, doppi servizi, zona guardaroba. Balcone panoramico. Possibilità di accesso a terrazzo panoramico di copertura. Ristrutturato e dotato di ogni comfort con videocitofono, prese usb e luci di emergenza in tutti gli ambienti. Ristrutturato interamente con materiali e rivestimenti di pregio. Infissi con profili a taglio termico, stufa a pellet e predisposizione impianto con caldaia a metano.

Prezzo: 840.000,00 €
Tel: 0818773039

Meta: Appartamento 80mq

Meta: A pochi minuti dal centro di Meta e vicino a servizi appartamento di 82mq. Ingresso soggiorno, cucina abitabile, due camere da letto,

studio, bagno. Ristrutturato con impianto per climatizzatori.

Prezzo: 385.000,00 €
Tel: 0818773039

S. Agata (Pastena): Appartamento
Massa Lubrense: (Pastena Centro) Nel cuore di Pastena vicino a servizi appartamento con ingresso indipendente di circa 55mq Composto da ingresso in soggiorno cucina con balcone, camera da letto, cameretta e bagno. Completamente ristrutturato e arredato. NO AGENZIE.

Prezzo: 280.000,00 €
Tel: 0818773039

Sorrento centro: Appartamento

Sorrento: Via degli Aranci vicino a servizi appartamento 115mq centrale e nello stesso tempo silenzioso, composto da ingresso, disimpe-

Pitturazioni
CACACE
di Cacace Antonio

LAVORI DI PITTURAZIONE
INTERNI ED ESTERNI
PARATI
CORNICI DI GESSO
CONTROSOFFITTURE



Per info e preventivi
339 3324718

Via discesa Monte di Torca, 9 – 80061 Massa Lubrense (Na)

Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

gno, salone doppio, cucina, bagno, ripostiglio, due camere da letto. Vista mare. Possibilità di parcheggio in zona. NO AGENZIE.

Prezzo: 800.000,00 €

Tel: 0818773039

S. Agata centro: Appartamento

S.Agata: (Centro) Appartamento di 100mq circa composto da salone doppio, due camere da letto, cucina abitabile, doppi servizi e ampio ripostiglio. Pavimenti in Vietri, in parco.

Prezzo: 410.000,00 €

Tel: 0818773039

Monolocale uso transitorio

Piano di Sorrento disponibile monocamera matrimoniale arredata con piccolo angolo cottura e bagno, entrata indipendente in villa, posto auto interno scoperto, in contesto

tranquillo ben servita da supermercato e fermata autobus, ideale per appoggio lavoro, nel prezzo sono compresi acqua e gas, per info mandare mail

Prezzo: 500,00 €

E-mail: colo.rus@hotmail.com

Sorrento centro: Appartamento

Sorrento: (Centro - Corso Italia) Appartamento di 110mq circa composto da ingresso, ampio salone/cucina, bagno, due camere da letto. Due ampi balconi. Ristrutturatissimo con impianto domotico e persiane elettriche.

Prezzo: 750.000,00 €

Tel: 0818773039

Meta centro: Appartamento 70mq

Meta di Sorrento: Appartamento di 70mq circa con ingresso indipen-

dente e ampio terrazzo con barbecue. Ampio salone con camino, cucinino, camera da letto matrimoniale e bagno con ripostiglio.

Prezzo: 350.000,00 €

Tel: 0818773039

Meta centro: Casa Vacanze

Meta di Sorrento: Appartamento adibito a casa vacanze di 50mq circa con ingresso indipendente composto da ingresso in salottino, bagno con doccia, cucina abitabile, camera da letto.

Prezzo: 220.000,00 €

Tel: 0818773039

Meta centro: Appartamento 110mq

Meta di Sorrento: Appartamento di 110mq con doppio ingresso indipendente e splendido terrazzo di 120mq attrezzato e panoramico.



Diablura
gioielleria artigianale & bomboniere

Via S. Michele, 21, Piano di Sorrento (NA)
Cell.: 338 434 1707
gigiaesal@libero.it




Confezioniamo bomboniere
per la tua cerimonia:
nascita, battesimo,
comunione, laurea,
matrimonio,
anniversario, ecc....

Buone Feste

ALL'ANGOLO
ristorante - pizzeria

LA SORRENTINA
LA SORRENTINA
TEL. 081 5322454

PRENOTA IL TUO
PRANZO E CENONE
di Natale e Capodanno
e i nostri dolci Zeppole e Struffoli
DA ASPORTO

buone feste

ALL'ANGOLO
ristorante e pizzeria

UNICA SEDE Via della Stazione, 39/41
80063 Piano di Sorrento NA
Tel.: 081 532 2454





goldenergy
LUCE e GAS

gruppo  goldengas



**AUGURIAMO A TUTTE LE UTENZE
DELLA PENISOLA
BUONE FESTE ED UN
SERENO 2019**



GoldEnergy Point

SORRENTO

Via degli Aranci, 31

PIANO DI SORRENTO

Via Casa Rosa, 9

Tel. 081 19666294

Tel. 081 18523962

Cell. 366 93 77 059

sorrento@goldenergy.it



Goldenergy Sorrento



Orari al Pubblico dal lunedì al venerdì ore 9:00/13:00 ore 16:30/19:30



Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

Ampio salone con camino.

Prezzo: 570.000,00 €

Tel: 0818773039

Fitto camera in appartamento

Cerco persona discreta e seria disposta a condividere appartamento in condominio per dividere spese mensili. Offro camera con wc.

Tel: 3297923957

Vendesi graziosa casa a Pastena

Massa Lubrense: (Pastena centro) Vendesi caratteristico appartamento nel centro storico di Pastena di circa 45 mq, al primo piano di immobile di sole 2 unità abitative. La casa è così composto: cucina con ampio finestrone con vista mare e monte San Costanzo, bagno, camera da letto, salotto; completano la proprietà un ampio cortile, un giardino soleggiato con alberi da frutto e vari locali

a piano terra da ristrutturare, ma con autorizzazione per destinazione uso abitativo residenziale. L'abitazione si presenta in buone condizioni, gode di riscaldamento autonomo e gode di una buona esposizione.

E-mail: ilariamiccio@hotmail.com

Cerco appartamento

Cerco appartamento, tra Meta e Sorrento, con due camere da letto, due bagni, cucina, salone e terrazzo o giardino.

Tel: 3342881659

Cedesi attività

Cedesi attività in Sant'Agata sui Due Golfi sito in Corso S. Agata n. 94. Per maggiori informazioni chiamami subito.

Tel: 3319581466

Cerco monolocale

Cerco monolocale per una persona, no piano terra, zona da Sorrento a Meta di Sorrento. Massimo 350€

Tel: 3664917426

Fitto appartamento

Fitto per uso transitorio mesi novembre e dicembre appartamento arredato, bilocale per due persone. Posto motorini

Tel: 3334738633

CORSI

Ripetizioni

Hai difficoltà nelle materie umanistiche? L'analisi del testo ti stressa? Quel filosofo proprio non lo comprendi?

Tel: 3295678283

Tattoo Old Arts
di Gennaro Durante

need more INK

061 5830130
Tattoo Old Arts
Gennaro Durante
0814670656
Marta Lubrice
Via Regina Margherita 15

Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

Ripetizioni private

Si offrono ripetizioni in materie letterarie e linguistiche tra cui: italiano, grammatica, letteratura, storia, geografia, diritto, cittadinanza e costituzione, inglese, spagnolo e francese e infine matematica. Livello di scuola elementari/medie. Località piano di Sorrento e dintorni.

Tel: 3471517546

fixso a lezione di 10€ per 2 ore di lezione; Italiano, inglese per i ragazzi delle scuole medie con prezzo di 15€ per 2 ore di lezione; Italiano, inglese, diritto per i ragazzi delle scuole superiori con prezzo di 18€ per 2 ore di lezione. Disponibilità ad effettuare lezioni a domicilio se in zone centrali della Penisola Sorrentina.

Tel: 3339949273

rea. Massima serietà. Disponibilità di impartire le lezioni anche di mattina.

Prezzo: 20,00 €

Tel: 3331332183

Lezioni e ripetizioni

Lezioni per scuola secondaria e per bambini di scuola primaria. Ripetizioni di lingue straniere: inglese, francese, tedesco, spagnolo.

Tel: 3382842073

Lezioni private, preparazione esami universitari, stesura tesi

Laureata in giurisprudenza, con specializzazione in professioni legali e abilitazione all' insegnamento del diritto, impartisce lezioni private al fine del superamento degli esami universitari in diritto civile, procedura civile, diritto privato, diritto del lavoro, diritto penale ect. Possibilità di redazione e stesura di Tesi di lau-

iPhone 5s 16 giga

iPhone 5s 16 giga, usato, qualche segno di usura ma funzionante al 100%. Colore oro. Prezzo trattabile. Aggiornato iOS 12

Prezzo: 100,00 €

Tel: 388 634 7197

ELETTRONICA

MOTORI

AUDI A3 2ª serie

OCCASIONE Splendida Audi A3 - 2.0 turbodiesel da 140cv. 125mila km. Full optional, nessun servizio da

elle et lui
di Augusta Ercolano

Buone Feste

Ti aspettiamo con le nostre offerte strepitose sui capi invernali

Via San Michele, 10 - Piano di Sorrento

Tante idee regalo per il tuo cane



AMICI A 4 ZAMPE

TOELETTATURA - MANGIMI - ACCESSORI

SABATO
CHIUSO



PRENDITI CURA DEL TUO ^{migliore} AMICO
HO BISOGNO DEL BAGNETTO

Corso Italia, 327 (Casermone) - Piano di Sorrento
Tel 081 188 58 373 - Cell. 333 43 82 226



ROYAL CANIN

TRAINER
DOG & CAT WELLNESS

VIRBAC
Vet Complex®

RICH DOG®
made in Italy
Rivenditore autorizzato:



*Vieni a provare le nostre
dolci specialità natalizie*

Pane con lievito madre

*Pane con farina italiana selezionata
macinata a pietra del Senatore Cappelli*

Pane

Cereali Antichi
Altamura • Soia • Farro
Segale • Multicereali



Corso Italia, 86 - **Meta (Na)** Tel. 081 878 62 60 Cell. 333 30 36 419

Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

fare. Visionabile zona Sorrento.

Tel: 3394413544

FIAT 500 d'epoca

Visibile in Sant'Agnello, vendo a malincuore Fiat 500 d'epoca da restaurare. Prezzo da concordare.

Tel: 3805171932

Vendo Honda SH 125

Vendo Honda SH 125, anno 2007, usato poco. Completo di parabrezza e bauletto. Mai incidentato. Sempre tagliandato regolarmente, revisionato da poco.

Prezzo: 1000,00 €

Tel: 3388646850



LAVORO

Offresi lavoro

Azienda con nuova sede a Braccia-

no, seleziona addetto commerciale, promoter. La risorsa dovrà realizzare appuntamenti prefissati. Le finalità sono sia di tipo promozionale che commerciale. Cosa offriamo: - 800,00 euro mensili, più incentivi; - corso gratuito di formazione; - possibilità di crescita professionale; Il candidato deve possedere buone capacità comunicative, predisposizione al contatto con il pubblico, capacità di affrontare e risolvere i problemi in autonomia, essere disponibile alla formazione. Per candidarsi scrivere una email

E-mail: infoselezioni@lunafelix.it

Cerco lavoro

Estetista qualificata con esperienza pluriennale, cerca nuovo impiego per la stagione estiva, sia in centri estetici, hotel o spa in Penisola Sor-

rentina e zone limitrofe. Massima disponibilità, serietà e professionalità. Per contatto anche Whatsapp.

Tel: 3395358728 - 3396544795

Cercasi Cameriere

Cercasi cameriere esperto, buona conoscenza della lingua inglese, con età massima 40 anni.

Tel: 0818772389 - 3386012885

Tel: 3313729300

Offro lavoro

Solida società assicurativa cerca ragazzi da inserire nel proprio organico, possibilità di carriera.

Tel: 3319552197

Piano Bar

PIANO BAR con voce femminile anche come unico elemento e con propria strumentazione disponibili-

PESCHERIA ASSUNTA II

CORSO ITALIA, 100/104 META (NA)
TEL.: 0818787301
NELLO: 3282337339

Buone Feste

Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

le per alberghi, locali, feste private, convegni e cerimonie. Esperienza, professionalità e vasto repertorio di musica italiana, internazionale, classica napoletana e disco-dance anni '60-'70-'80-'90. A richiesta anche karaoke.

Tel: 3385811282

Ragazza cerca lavoro

Ragazza di 26 anni e cerco lavoro come pulizie domestiche (con esperienza), oppure nei ristoranti, case vacanze o in un B&B.

Tel: 3398233191

Cerco lavoro

Signora italiana cerca lavoro come badante di notte solo donne, da Sorrento a Castellammare. prezzi modici

Tel: 3664917426

Si ricercano figure

Per lo sviluppo sul territorio di un progetto di inerente la nutrizione e l'integrazione sportiva. Si ricercano figure per lo sviluppo dell'attività in modo indipendente: se sei interessato ai due settori sopracitati e vuoi saperne di più contattaci,

Tel: 3331026459

Cerco lavoro

Cerco lavoro come cameriera ai piani, oppure servire colazione nel albergo, b&b, oppure come collaboratrice domestica. Non fumo.

Tel: 3348877806

Cercasi ragazze

Si cercano ragazze per vendita prodotti cosmetici e non per una famosa azienda cosmetici ottimi guadagni, possibilità di carriera, no fisso

mensile, massima serietà, no porta a porta, ottime percentuali, materiale vendita gratuito, nessuna iscrizione. Se volete provare contattatemi e vi darò più informazioni.

Prezzo: 50,00 €

Tel: 3382452021

Cercasi phonista

Cercasi phonista, conoscenza lingua inglese molto gradita.

Tel: 3286516080

TECNOCASA OFFRE

OFFERTA DI LAVORO - GRUPPO TECNOCASA Il Gruppo Tencocasa opera nel settore immobiliare offrendo servizi di intermediazione immobiliare nelle fasi di vendita, acquisto e locazione di appartamenti. L'ufficio Tecnocasa di Sorrento - S'agnello fa parte di un gruppo di oltre 80 agen-

Infinity
Calzature e Accessori

**Vieni a scoprire tutte
le promo natalizie**

Corso Italia, 225 - Piano Di Sorrento (Na)
Tel. 081 362 20 61



infinity_piano_
di_sorrento



*Buon
Natale
e Felice
Anno Nuovo*

giardullo 
agenti assicurativi dal 1972

Allianz 

HDI

CATTOLICA
GRUPPO CATTOLICO DI ASSICURAZIONI

SORRENTO

Corso Italia 220 (1° Piano)

Tel. 081 878 42 16

PIANO DI SORRENTO

Piazza della Repubblica, 35/bis

Tel. 081 5322899

META

Piazza Vittorio Veneto 13

Tel. 081 878 8477



AMINTA



INSTAX

FUJIFILM



Mini 9



€ 69,90



GoPro

HERO7

White



€ 219

Silver



€ 299

Black



€ 399

www.fotoaminta.com

Corso Italia 245/B - 80067 Sorrento (NA) - Tel 081.878.28.15

Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

zie affiliate su Napoli, Roma, Milano e Torino. L'ufficio si trova a Corso Italia, 259/d - Sorrento, a pochi passi da Piazza Lauro. CHI È INTERESSATO ALLA PROFESSIONE DI CONSULENTE IMMOBILIARE, PUO' CHIAMARE O MANDARE UNA E-MAIL AI CONTATTI INDICATI IN BASSO E FISSARE UN COLLOQUIO DI LAVORO. I candidati che cerchiamo, devono avere una età compresa tra i 18 ed i 30 anni, devono essere diplomati o laureati ed avere spiccate capacità relazionali. Si richiede inoltre impegno e determinazione nel conseguimento degli obiettivi. OFFRIAMO UN RIMBORSO SPESE MENSILE DI 700,00 € OLTRE AD UNA RETRIBUZIONE PROVVISORIA PER LA POSIZIONE DI CONSULENTE IMMOBILIARE, FORMAZIONE TECNICA ISTITUZIONALE E POSSIBILITA' DI CRESCITA

ALL'INTERNO DEL GRUPPO.

Tel: **0818074381**

E-mail: **nahq9@tecnocasa.it**

Restauri e doratura del legno

Restauri e doratura del legno secondo metodi antichi e non invasivi con vero trattamento anti tarlo: massima sicurezza e professionalità. Eseguiamo anche decorazioni d'interni. Trasformiamo anche vecchi mobili rimodernandoli nello stile SHABBY CHIC. Preventivi gratuiti e prezzi concorrenziali. Vico Equense.

Tel: **3338612028**

Cerco lavoro

Cerco qualsiasi tipo di lavoro anche con vitto e alloggio. Ho esperienza come lavapiatti, aiuto nella ristorazione maturata nella stagione estiva, come manovale maturata nello

stabilimento ILVA, come magazzinoiere sia come fruttivendolo che nel supermercato, come gommista, anche come consegnatario. Mi adatto a tutto per contatti rispondetemi qui in privato per concordarci per un colloquio grazie

Tel: **3459466245**

TORTE E DOLCI CAKE DESIGN

TORTE E DOLCI x le tue feste di qualsiasi FORMA e decorazione fatte in casa ma professionali con alimenti semplici e a buon prezzo. Consegna da Sorrento a C.mare.

Tel: **3481886029**

E-mail: **battistago@gmail.com**

Cerco lavoro truccatrice

Truccatrice professionista offresi per trucco da sera, trucco fotografico, trucco sposa, presso il vostro



TONINO MARCIANO
UNICO NUMERO **337943532**

Via Degli Aranci 29/L - Sorrento (Na) - www.toninomarciano.com

REGISTRO
ITALIANO
CREMAZIONI
Impresa associata



Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

domicilio, anche nei giorni festivi e la domenica su appuntamento con preavviso.

Tel: 3349915699

Addetti al volantinaggio

Ricerchiamo ambo sessi per ampliamento del personale. Nel dettaglio 20 addetti al volantinaggio e 5 promoter. Non si richiedono particolari requisiti, ma serietà, puntualità, dinamicità e disponibilità immediata e part time o full time. Anche prima esperienza. Si offre contratto a tempo indeterminato. Retribuzione fissa mensile. Se sei interessato mandaci il tuo curriculum via mail.

E-mail: gp.brembillalavoro@gmail.com

Studio di medicina naturale

Studio di medicina naturale e terapia alternativa. Disagi psicofisici,

alimentari, muscolo-scheletrici. Si riceve per appuntamenti

Tel: 3338188612

Piccole riparazioni

Iidraulico esperto del settore con esperienza pluriennale si offre per riparazioni espresse (bagno/cucina), installazione di stufe a pellet, condizionatori e caldaie. Garanzia massima soddisfazione anche nel prezzo.

Tel: 3395089374

Cerco lavoro

Parrucchiera esperta nel settore, offresi presso vostro domicilio per pieghe, tinte, meches, lavori di colorazione del capello di ampia scelta, tagli, trattamento con hair extensions, acconciature sposa e molto altro. Prezzi modici. (per eventuali

cerimonie disponibile anche la domenica e i festivi su prenotazione).

Tel: 3349915699

Cerco lavoro

Cerco lavoro come collaboratrice domestica, massima serietà ed efficienza.

Tel: 3420747435

Offro Lavoro

Cerco phonista per negozio di parrucchiere Sorrento.

Tel: 3286516080

Addetto alla vendita

Cerco ragazza/o addetto alla vendita in un negozio nel centro storico di sorrento (da marzo ad ottobre). Requisiti richiesti: Ottima conoscenza in lingua inglese e francese. Ottima capacità di socializzazione.

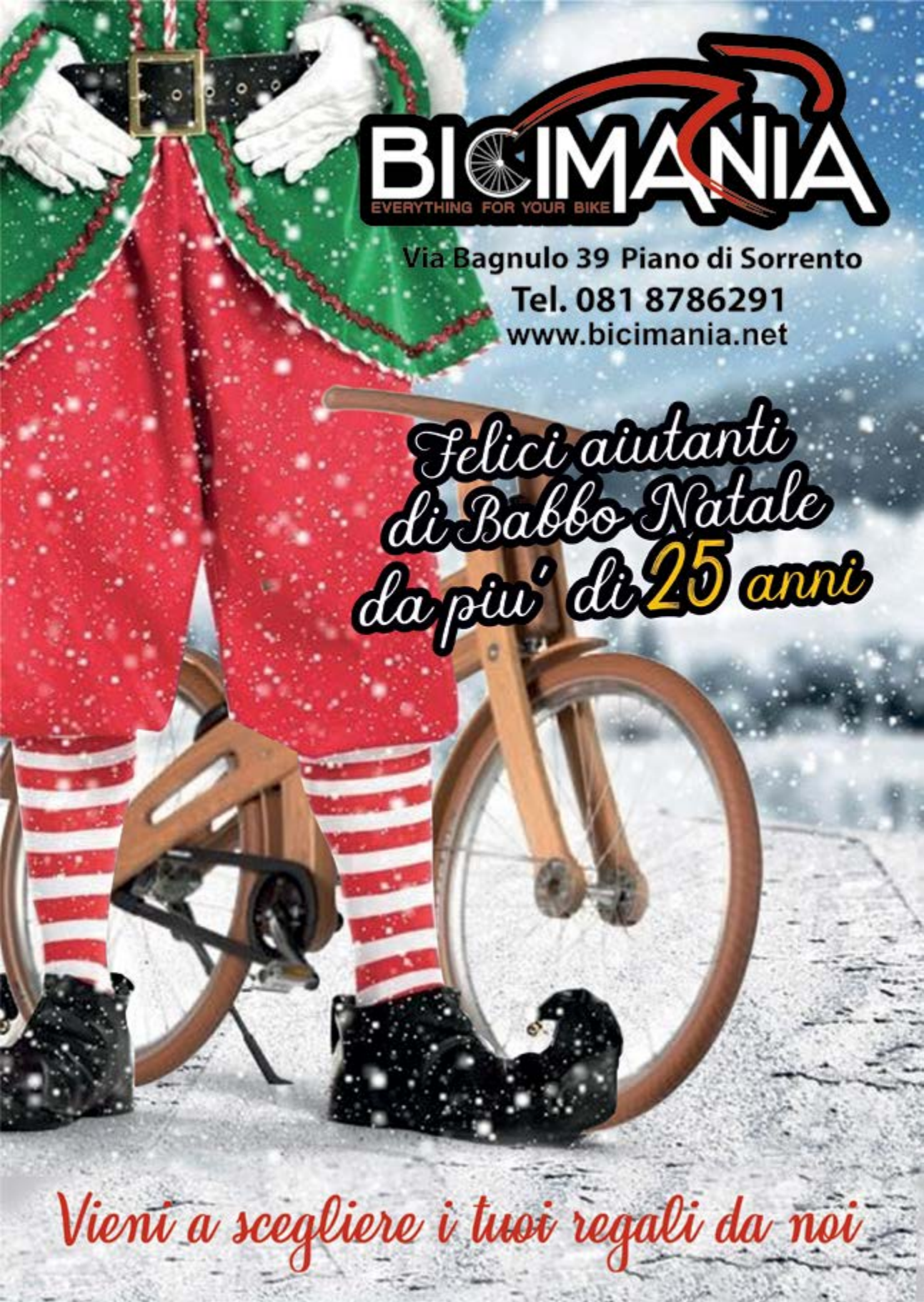


Auguri di Buone Feste

Ribassi su Numerosi Articoli

Fortuna
Intimo e Biancheria

CORSO ITALIA, 152, META - TEL. 081 534 2309



BICIMANIA
EVERYTHING FOR YOUR BIKE

Via Bagnulo 39 Piano di Sorrento

Tel. 081 8786291

www.bicimania.net

*Felici aiutanti
di Babbo Natale
da piu' di **25** anni*

Vieni a scegliere i tuoi regali da noi



QUICK SELF WASH

24H

...veloce, pratico e conveniente!

LAVAGGIO AUTOMATICO SELF E SERVITO



**Regala alla tua auto
i nostri nuovi
prodotti della linea**

FRA-BER®
Innovative cleaning solutions



**PULIZIA INTERNI
PROFESSIONALE
CON TRATTAMENTO
IGIENIZZANTE**

- ✓ Stop ai batteri
- ✓ Elimina i cattivi odori
- ✓ Previene formazione di muffa
- ✓ Pulisce l'impianto di condizionamento

**DEOTEX
PLUS**

RIFLESSI LUMINOSI

**BRILLANTEZZA
ESTREMA**

**PROFONDITÀ
DI COLORE**

**PROTEZIONE
PROLUNGATA**

**NUOVI PRODOTTI
LINEA X**



Buone Feste

**Sant'Agata Sui Due Golfi
Massalubrense (Na)
cell. 333 826 8309**



Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

Solare e con voglia di lavorare Inviare curriculum.

E-mail: tesoridorrento@hotmail.com

Cerco lavoro

Cubano di 43 anni con residenza in Italia cerca lavoro come cameriere o aiuto cuoco.

Tel: 3494124017

Cerco lavoro

Sono laureata in Giurisprudenza, residente a Torre Annunziata e non sono automunita. Cerco un lavoro serio, astenersi call center e lavori a provvigione.

Tel: 3394737841

Raga cerca lavoro

Cerco lavoro come baby sitter, sono mamma sono esperta anche per

neonati. Disponibile, non fumatrice anche come collaboratrice domestica accompagnare ibimbi a scuola doposcuola. Per info contattatemi massima serietà.

Tel: 3382452021

★ VARIE

Distributore automatico

Piano di Sorrento disponibile distributore automatico snack e bevande, con lettore per vendita alcolici e gettoniera resto, prezzo affare no perditempo, per info contattare per mail.

Prezzo: 1.500,00 €

E-mail: colo.rus@hotmail.com

Vendo vetrina in stile inglese

Vendo vetrina in stile inglese, 4 ante, mogano scuro lucido, ottima quali-

tà e in ottime condizioni, larghezza m.2.25. Visionabile a Meta senza impegno.

Prezzo: 700,00 €

Tel: 3495838213

LA CORSA - disegno originale dell'artista toscano ANDREA TOFANI

VENDO mio disegno originale su cartoncino datato 2017, realizzato a tratti di inchiostro cm 34,5 x 33, autenticato ed in perfetto stato.

Prezzo: 48,00 €

Tel: 3398630361

La Biblioteca di Repubblica,

28 volumi (da 1 a 28) de La Biblioteca di Repubblica. Così composta: volumi da 1 a 20 Enciclopedia; volumi da 21 a 24 Dizionario d'Italiano; volumi 25 e 26 Atlante Geografico;



Cioccolateria & Pralineria
Frutta Esotica
Frutta secca in guscio o sgusciata
Confetture e prodotti tipici
Confezioni e idee regalo

Dolcezze artigianali dal 1984



Via Cavoniello, 10 - Piano di Sorrento (NA)
Tel. 081 532 15 77

seguici su 

Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

volumi 27 e 28; Dizionario Medico Come nuova. UTET, anno 2003. Sempre tenuta in libreria e mai usata. Prezzo di copertina di ogni volume singolo 12,90 euro + il prezzo del quotidiano. Ogni volume ha circa 800 pagine.

Prezzo: 65,00 €

Tel: 3922192279

Vendesi quadri d'autore

Vendesi quadri d'autore: Giuseppe Di Lieto, Domenico Fiorentino, Filosa, Asturi, Bettarini. Diverse misure e prezzi da concordare. Visibili in Sorrento.

Tel: 3296799829

Lampadario - Vetro di Murano, 5 luci

Lampadario La Murrina - Vetro di Murano, 5 luci, bianco - oro. Altezza lampadario: 57 cm. Altezza foglia:

30 cm; diametro foglia nel punto più ampio: 23 cm. Condizioni ottime. Su ogni foglia è riportata la scritta 'La Murrina'.

Prezzo: 520,00 €

Tel: 3922192279

Cornice con vetro

Bellissima cornice con vetro e cartoncino, vendesi. Dimensioni: altezza 74 cm; lunghezza 108 cm. Condizioni ottime.

Prezzo: 35,00 €

Tel: 3922192279

Vendo doppio letto

Vendo doppio letto per camera per ragazzi, con secondo letto estraibile, grande scrittoio estraibile e due cassettoni. Due reti ortopediche a doghe, due materassi ortopedici. Colore bianco e blu. Il tutto è in otti-

me condizioni, come nuovo e di ottima qualità. Visionabile a Meta senza impegno.

Prezzo: 350,00 €

Tel: 3495838213

Tavolino in legno

Bel tavolino in legno su ruote, con cassetto portaoggetti e due ripiani. Completamente smontabile. Dimensioni: Altezza 77 cm; lunghezza: 77 cm; profondità: 40 cm.

Prezzo: 35,00 €

Tel: 3922192279

Tavolo intarsiato allungabile

Tavolo intarsiato allungabile con disegno centrale + 6 sedie. Caratteristiche del tavolo: Lunghezza: 1,70 metri Lunghezza con estensione: 2,10 metri Larghezza: 0,90 metri Altezza: 0,78 metri Condizioni del



**A Natale...
regala
bellezza!!!!**

ESTETICA GULE GULE

Tel. 081.8773335 - www.esteticagulegule.it

federica Bar

Vi auguriamo
Buone feste

Sigarette Elettroniche
Idea regalo
per Natale



Sisal
Matchpoint
IL PUNTO VINCENTE DEL GIOCO

GIOCO DEL
LOTTO

SuperEnalotto

SIGARETTE ELETTRONICHE

vype
e-cigarettes

Eleaf

JUSTFOG

IQOS

Joyetech

Corso Italia, 166 - Meta di Sorrento Tel. 081 36 22 160



àngels

ABBIGLIAMENTO UOMO

*augura a tutti buone feste
vi aspettiamo per i vostri regali di Natale*



081 18463654

Via Marziale, 2 **SORRENTO (NA)** - Tel. 081 18463654 Cell. 331 83 16 499

Seguici su  Angels

Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

tavolo ottime. Le sedie sono integre, di Telecomando Bluetooth.

devono essere pulite. Ritiro a domicilio. No perditempo.

Prezzo: 355,00 €

Tel: 3922192279

Piantine carciofo bianco di pertosa

Piantine carciofo bianco di pertosa hobbysta vende. E' un'antica, rinomata e pregiata varietà, molto resistente alle gelate che produce carciofi grandi e senza spine, verde tenue internamente va sul bianco argenteo, ha un sapore dolce e delicato ed è tenerissimo. Vendo anche il frutto ovvero il carciofo bianco fresco. Consegno a domicilio.

Tel: 3271056152

Vendo carillon culla

Carillon rosa per culla, con proiettore, melodie e luce notturna, dotato

Prezzo: 30,00 €

Tel: 3662093706

Vendo aspirapolvere

Vendo, per € 50,00, modello recente di aspirapolvere Rowenta, mai usato.

Prezzo: 50,00 €

Tel.: 3397909288

Divano 2posti in pelle azzurra

Vendo divano 2posti in pelle azzurra come nuovo.

Prezzo: 500,00 €

Tel: 3339608031

Tavolo allungabile 90x90x180

Vendo tavolo allungabile misure 90x90x180 struttura in metallo satinato piano in cristallo.

Prezzo: 250,00 €

Tel: 3339608031

Vendo scrivania

Vendo stupenda scrivania in legno Teak, con 5 cassetti capienti. Visibile in Sant'Agnello.

Tel. 3805171932

Cristalliera - credenza anni '50 - '60

Bellissima cristalliera - credenza anni '50 - '60. Cristalliera a 4 ante. Credenza a 5 ante. Misure: lunghezza 225 cm; altezza 205 cm; profondità 48 cm. Ritiro a domicilio.

Prezzo: 145,00 €

Tel: 3922192279



ACCONCIATURE
UOMO-DONNA
Anna e Gianluca



da noi trovi i profumi
MASCILI e FEMMINILI 2018
YODEYMA







Acconciature maschili - Evolution - Piega
Cosmetica - Extention - Ricostruzione capelli
Trattamento Nika - Estetica Depilazione -
Pulizia viso - Ricostruzione unghie
Colata in gel - Smalto semipermanente
Manicure - Pedicure

Rivenditore autorizzato ghd

z.one concept **milk_shake** **NIKA** **GioMat**

C.so S. Agata, 26 - S. Agata sui due Golfi (NA) (ex ufficio postale) Tel. 081 4249784
Anna 339.28.07.884 - Gianluca 366.1662149 presente su 



VIA RONCATO, 9/11
TERMINI
MASSA LUBRENSE

TEL. 081 8081989



Wish
you
Merry
Christmas

★ & ★
HAPPY NEW YEAR



DIMA WORKWEAR
abbigliamento professionale

Corso italia 252/C
80067 Sorrento (Na)

Tel. 08118705816

Cell. 3337117578





Glitter

Accessori

*tante idee regalo
a partire da
2 euro*



Corso Italia, 121 - Piano di Sorrento Tel. 081 532 31 31



IL TUO NUOVO SITO WEB

Tecnologico, bello da vedere
e facile da usare!



LA TUA NUOVA APP

La rivoluzione delle app è in corso,
non restare indietro!



MARKETING & SOCIAL

Affidati ad un team esperto
per promuovere la tua attività!

Google
Partner



Endesia
web agency

Buon Natale!

📍 Via delle Rose, 60
Piano di Sorrento (Na)

🌐 www.endesia.it

✉ info@endesia.it

☎ +39 081 808 76 18

📱 Endesia

Buone Feste



Sapori 100%
italiani DOP

Fior d'Agerola
Azienda Casearia

Aperti a pranzo

Sala interna

Consegne a Domicilio

seguici su



Via Cavone, 27 - **Piano di Sorrento (Na)**
Tel. 081 534 10 54 - 081 878 60 25 - 081 808 68 25

Vico Mortora, 81 - **Piano di Sorrento (Na)**
Tel. 081 808 76 96 - Cell. 331 41 14 799



www.oroconvert.it

follow us



COMPRO ORO e ARGENTO

META

Corso Italia, 132

**PIANO DI
SORRENTO**

Corso Italia, 83
(di fronte ai Carabinieri)

SORRENTO

Viale Nizza, 29

4Bit

**VENDITA E ASSISTENZA
PC. TELEFONIA, TABLET**

DR. MOUSE
ASSISTENZA COMPUTER, HARDWARE & SOFTWARE

DR. PHONE
ASSISTENZA TELEFONIA, TABLET & APP

OFFERTE VALIDE FINO AL 31 DICEMBRE
O FINO AD ESAURIMENTO SCORTE

NOTEBOOK Entry Level

**E2 -900 - 4GB - SSD 240 - DVDRW
WIFI - FREEDOS**

299



**SSD
240**

**4GB
RAM**

15,6



Corso Italia 317 - Piano di Sorrento Tel. 0815342135

ACQUA &

Cofanetti regalo per lui



NIVEA
ESSENTIAL
CREMA IDRATANTE 75 ml.
+ SHOWER GEL 250 ml.
+ DEO ROLL-ON 50 ml.

€ **7,90**



SERGIO TACCHINI
CLUB EDT 100 ml.
+ AFTER SHAVE 100 ml.

€ **18,90**



PHYTORELAX
DOCCIA SPORT 250 ml.
+ TRATTAMENTO
BARBA PERFETTA 75 ml.

€ **7,90**



FERRARI
RED EDT 40 ml.
+ POCHETTE

€ **19,90**

 **ORARIO CONTINUATO**
DOMENICA MATTINA APERTO

PIAZZA DELLA REPUBBLICA, 19/21
 **PIANO DI SORRENTO**
CORSO ITALIA 194 - PIANO DI SORRENTO

SAPONE®

Oltre la Convenienza

Cofanetti regalo per lei

OFFERTE VALIDE
DAL 27 NOVEMBRE
2018
AL 6 GENNAIO
2019



PHYTORELAX
BAGNO SCHIUMA 250 ml.
+ CREMA CORPO 300 ml.

€7,90



NATURA OIL
DOCCIA SCHIUMA 250 ml.
+ LATTE CORPO 250 ml.

€6,90



NOVITÀ
ACQUA & SAPONE
SWEET HOME
PROFUMATORE
AMBIENTE 100 ml.
+ CANDELA 135 gr.

€5,90



I PROVENZALI
OLIO CORPO 250 ml.
+ CREMA FLUIDA 150 ml.

€7,90

Sabato
15 Dicembre
in OMAGGIO*
*il tappeto
natalizio*

48X70 cm
Disponibile in 4 varianti



TEATRO
delle Rose

Le nostre idee regalo

TEATRINVITO 2018/2019

ABBONAMENTO FAMILY A 4 SPETTACOLI

€ 100,00

- ACCORSI, RANIERI, GLEJESES LAURITO CASILLO, RIVIECCIO -

N. 2 BIGLIETTI TEATRO (ESCLUSO DE CRESCENZO)

€ 65,00

REGALA CINEMA

N. 2 INGRESSI 2D + 2 BIBITE E 2 POPCORN

€ 18,00

COUPON 5 INGRESSI 2D

€ 30,00

COUPON 5 INGRESSI 2D + 5 BIBITE E 5 POPCORN

€ 45,00

COUPON 10 INGRESSI 2D

€ 55,00

REGALA LEZIONI DI MUSICA O TEATRO

UN MESE DI LEZIONI

€ 70,00

VIA DELLE ROSE, 35 PIANO DI SORRENTO
PER INFO: 0818786165 - INFO@TEATRODELLEROSE.COM

CANGIANO GIOIELLI



VIA SAN CIRO, 9 - VICO EQUENSE

TEL. 081 879 02 81

WWW.CANGIANOGIOIELLI.COM



MUSEO DELL'ORGOGGIO ITALIANO DI SORRENTO

L'INVISIBILE POMPEI EXPERIENCE

MOSTRA INTERATTIVA E SENSORIALE



The Invisible Pompei Experience at the Sorrento Italian Pride Museum from next December 8th.
The exhibition that reveals the mysteries of the city buried by the eruption of ash and lapilli
of Vesuvius in 79 AD

L'invisibile Pompei Experience al Museo dell'Orgoglio Italiano di Sorrento dal prossimo 8 dicembre.
L'esposizione che svela i misteri della città sepolta dalla eruzione di cenere e lapilli
del Vesuvio nel 79 d.C

INFO CALENDARIO E PRENOTAZIONI:

Tel: 081 8631581 - 3391888611

Sito: www.tappetovolante.org

Email: info@tappetovolante.org

Tappeto VOLANTE
I MERCANTI D'ARTE

Tappeto Volante

