

LEGGIMI *Gratis*.it



**Vasto assortimento
oltre 500 auto
nuove-km0-usate
con arrivi giornalieri**

AutOne

Vendita & Noleggio GROUP

Corso Italia, 335 - Sorrento 081 807 16 16

**NOLEGGIO AUTO E SCOOTER
a partire da € 9,99 al giorno**

NOVITÀ +noleggi -paghi

NEW!



E.R.F.A.P.

Ente Regionale di Formazione Professionale

Libretto Sanitario Organizza con esame in sede



segui ci su
facebook

LIVELLO 1-2-3

CORSI PER ALIMENTARISTI



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

BUON 2019

Aperti
tutti i giorni
fino a
tarda notte

chiuso il martedì

R & M



IL VERO KEBAB E NON SOLO...

NOVITÀ

panino con la porchetta
panino salsiccia e broccoli

vieni a ritirare
la nuova
FIDELITY CARD



Via degli Aranci, 9 - SORRENTO (in front of the hospital)
Cell. 331 89 52 324 (Reza e Max)  
Consegne a domicilio

DOPO LE
FESTE
RITORNA IN

FORMA

SCOPRI IL PACCHETTO

ULYSSE PLUS

 **FITNESS**

+

 **ACQUA**

ULYSSE
Wellness Experience

SORRENTO Via Del Mare, 22 (Na)

Info: +39 081 807 35 81

www.ulyssesorrento.com

Seguici su facebook:

www.facebook.com/ulysseswellnessclub



EST
**SORRENTO
INFINITY**

DEGA *Motor*

di Gargiulo Raffaele



PANDA

€ 7.500

oltre oneri finanziari

ed in più da gennaio

1000,00€ extra sconto su GPL E METANO

**JEEP® COMPASS
1.4 BENZINA**

€ 21.500

con finanziamento MenoMille!



**TOYOTA YARIS 1.5 HYBRID
100DV 5 PORTE**

€ 15.150

con rottamazione

NUOVO E USATO PLURIMARCHE KM 0 - AZIENDALE - ASSICURAZIONI

ANNO NUOVO E ANCORA AUTO VECCHIA?

Vieni a scoprire le offerte pensate per il 2019!

**NUOVA POLO TRENDLINE
1.0 EVO 65 CV CON PACK TECH**

è tua a soli

€ 199 *al mese*

con progetto valore Volkswagen!



RENAULT TWINGO (ANCHE GPL)

è tua a soli

€ 99 *al mese*

**CON 3 ANNI DI FURTO E INCENDIO
3 ANNI DI MANUTENZIONE
E ESTENSIONE DI GARANZIA**



LANCIA YPSILON

è tua a soli

€ 8.950

oltre oneri finanziari
e in più 1000,00 €
di extrasconto su GPL e Metano

Via Bagnulo, 11 PIANO DI SORRENTO Tel. 081 808 62 33



**È TEMPO
DI TORNARE IN FORMA**

Bod  Store

Curiamo la tua bellezza!

INTEGRATORI PER
LA MASSA MUSCOLARE

SNACK DOLCI E SALATI

BRUCIAGRASSI E COADIUVANTI
DELLA DIETA

DIETISTICA



OFFICIAL POINT

L'intera gamma di prodotti
ai prezzi migliori in commercio

NAMED
Nutritional Medicine Sport

WHY
SPORT & NUTRITION

BIOEXTREME
SPORT & NUTRITION

YAMAMOTO
LABORATORIO

Ovovhite

VICO EQUENSE

Via Filangieri, 28
Cell. 366 9777944

SORRENTO

Viale Nizza, 22
Tel. 081 19548860

C.MMARE DI STABIA

Via Rajola, 18
Tel. 081 19211148

FOLLOW US



BodyStore Sorrento



USI ALTERNATIVI DELLO YOGURT

Balsamo per i capelli. Rende lucente la chioma grazie alla sua acidità. Basta intiepidire una tazzina di olio d'oliva, mescolarvi lo yogurt e poi lasciar agire sui capelli per dieci minuti dopo lo shampoo. Massaggiare il composto cremoso su tutta la testa ha un effetto rilassante e distensivo che renderà il momento bellezza davvero piacevole!!

Henné. Lo yogurt è un alleato utile nella preparazione dell'henné. Rende infatti il composto molto più fluido e semplice da spalmare. Quando l'henné sarà pronto, non resterà che aggiungere due o tre cucchiaini di yogurt per ottenere una tinta vegetale.

Scrub per il corpo. Se desideri esfoliare la pelle in modo naturale, rinunciando all'acquisto dei prodotti comunemente in vendita, potrete preparare uno scrub per il corpo da utilizzare al momento, mescolando mezzo barattolino di yogurt con tre cucchiaini di sale grosso e un cucchiaino di olio d'oliva.

Dolci. Se hai comprato troppo yogurt e si avvicina la data di scadenza puoi utilizzarlo come alternativa light al burro in torte e biscotti.

Formaggio spalmabile. Lo yogurt può essere utilizzato per preparare un ottimo formaggio spalmabile fatto in casa. Basta raccogliere lo yogurt all'interno di un strofinaccio di tessuto, formare un fagotto annodando i lembi e sistemarlo su di un colino posizionato su una scodella, in modo che non tocchi il fondo del contenitore. Una volta colato via il liquido, ci vorrà almeno un giorno. Conservate il tutto in frigorifero almeno per un giorno, il formaggio sarà pronto da gustare al naturale o condito con spezie e erbe aromatiche.

Pittura per bambini. Se i tuoi figli piccoli amano colorarsi le dita e giocare con i colori, grazie allo yogurt e ai coloranti alimentari non dovrai più preoccuparti. Basta aggiungere qualche goccia di colorante alimentare allo yogurt ed ottenere la pittura.

Oggetti in ottone. Prova a utilizzare lo yogurt per lucidare gli oggetti in ottone. Dopo averlo lasciato agire una decina di minuti rimuovilo con un panno umido e torneranno a splendere. Una soluzione economica, naturale ed efficace!



Sai perché?

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



Perché in
napoletano
"basilico"
si chiama
vasinicola'?



In quasi tutti i dialetti del Meridione il basilico è chiamato vasinicola. Questo termine deriva dal greco antico "vazilikon", che a sua volta si rifà alla parola "vasilias" cioè Re. Si traduce quindi con "degnata di un re". Anche il termine italiano basilico deriva dal latino "basilicum", cioè "pianta regale", che proviene da "basileus" che si traduce con Re. La leggenda che spiegherebbe l'impiego della parola vasinicola narra che un certo re Nicola, forse di origini persiane o turche, coltivasse nel suo castello unicamente questa piantina profumata. Egli costruì le sue ricchezze e il suo impero proprio sul commercio del basilico. Quando il sovrano morì gli abitanti del villaggio decisero di non sprecare quelle piantine e così spesso andavano a raccogliere. I contadini erano soliti indicare l'antico basilico come "l'erba dei vasi di Nicola" o espressioni simili, da queste parole, che con il passare del tempo divennero sempre più concise. Nacque così la parola vasinicola, vasi di Nicola appunto.

Perché
quando fa freddo
ci cola il naso?

Questo meccanismo di difesa si chiama "rinite indotta dal freddo", o anche "naso dello sciatore". Le cavità nasali hanno il compito di riscaldare e umidificare l'aria in entrata, quando l'aria ghiacciata e secca entra nel naso stimola i nervi nasali che inviano un segnale al cervello: questo risponde intensificando l'afflusso di sangue nei vasi nasali per facilitare il processo di riscaldamento. Le ghiandole del muco aumentano la produzione, per ripristinare la giusta umidità dell'aria inspirata. La perdita di liquido acquoso dalle narici è anche legata alla reazione di condensazione del passaggio di aria fredda. Per riscaldare l'aria in entrata, le calde mucose nasali si raffreddano: il vapore che risulta da questo processo si mescola con il muco prodotto, e fuoriesce dalle narici.

Perché gli alberi
non gelano
quando fa freddo?

La capacità delle piante di resistere al freddo dipende da vari fattori: è essenziale trattenere all'interno delle cellule la giusta quantità di acqua. Ci sono alberi come i pini e gli abeti che sono in grado di ridurre la perdita d'acqua. Altre piante sopravvivono perché riescono a resistere anche a lunghi periodi di disidratazione: come la betulla, il pioppo tremulo e il salice. Le piante sempreverdi invece si aiutano grazie al loro fogliame coriaceo, o rivestito di una patina cerosa, che le difende dal freddo. Tutte le piante poi in inverno entrano in uno stato di quiescenza. Si tratta di una specie di letargo durante il quale le funzioni vitali vengono ridotte al minimo, limitando l'attività cellulare e, in questo modo, anche il consumo di energia.

URLO



UOMO

URLO



donna

**Cu 'a verità
nun se pазzea**

SALDI



Mise en place matrimonio

Carissimi sposi del futuro una volta scelto lo stile, il colore e l'eventuale tema delle nozze, è tempo di stabilire tutti i **particolari riguardanti la tavola**, ossia centrotavola, sottopiatti, posate, piatti, bicchieri, tovagliati e sedute.

Potrete optare per dei **centro tavola** inclusi nel prezzo della location ed offerti dalla stessa, scegliere decorazioni fai da te, artigianali e personalizzati o affidarvi ad una wedding planner che curerà per voi il coordinamento di tutti gli elementi relativi alla mis en place col tema dell'evento.

La tavola deve essere impattante e suscitare negli ospiti durante il loro ingresso presso la sala una sensazione di stupore. Iniziate con lo scegliere il centro tavola; esistono diverse tipologie: potrete sfruttare delle alzatine di varie dimensioni ed altezze avendo cura di

→



CAFIERO CAFÈ

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

www.cafiero cafe.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.**





FERRAMENTA E MATERIALE ELETTRICO

NOVITÀ



COLORI

DUPLICAZIONI
CHIAVI



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

non ostacolare la vista fra i commensali.

Possono essere allestiti tante piccole composizioni monofiore e una grande composizione floreale centrale. Potete creare effetti di luce adoperando candele di varie dimensioni o sfruttando illuminazione artificiale led sui tavoli, oppure è possibile conferire luminosità dal basso posizionando luci artificiali al di sotto dei tavoli.

Se preferite l'atmosfera delle luci naturali di candela potete anche optare per un candelabro centrale nel quale implementare una ghirlanda floreale.

Una volta stabilita la parte floreale, è arrivato il momento di scegliere i tovagliati: colori e tessuti devono essere in linea con stile scelto.

Un dettaglio da non trascurare sono i tovaglioli: potete decidere di impreziosirlo con un nastrino colorato, oppure di piegarlo a tasca contenente il menu del banchetto di nozze. Potete sbizzarrirvi nel posare sul tovagliolo eleganti cadeau per gli ospiti o

segnaposto a tema personalizzati. Non dovrà mancare un sottopiatto, in argento per i matrimoni più eleganti e formali, per tutti gli altri stili potete anche puntare sul bianco o cristallo.

Infine, completa l'opera della mise en place matrimonio la sedia. Ne esistono di molti tipi, ma ricordatevi sempre di sceglierla in coordinato con le decorazioni e con lo stile del vostro ricevimento. Potrete impreziosire le sedute con coperture colorate, con decorazioni floreali, tessuti e magari impreziosire le Vostre con scritte in legno personalizzate da appendere allo schienale.

Ultimo imprescindibile mantra da seguire: qualsiasi sia il tema ed il colore predominante del Vostro Evento, optate sempre per uno stile elegante e sobrio, senza esagerare negli allestimenti e nelle decorazioni. ■

Pietro Aiello Cilento D'Altavilla
è su  seguici
art@pietroaiello.com
www.pietroaiello.com

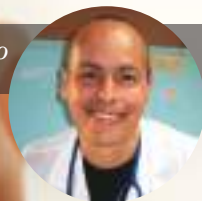
Infinity
Calzature e Accessori

È tempo di... *Saldi!*



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

  infinity_piano_di_sorrento



La **S**indrome di **A**ngelman che ha colpito il figlio di **C**olin **F**arrel

La sindrome di Angelman è una **rara malattia genetica** nota al grande pubblico soprattutto per aver colpito il figlio James del famoso attore di origine irlandese Colin Farrell, una delle star più ricercate e premiate di Hollywood, la cui dolorosa esperienza personale lo ha portato a diventare un attivista dei diritti dei portatori di questa condizione e del sostegno della ricerca.

Il piccolo è nato nel 2003 dalla relazione, poi terminata, dell'attore con la bellissima modella Kim Bordenave. Nell'ottobre del 2007, Farrell ha comunicato pubblicamente la malattia del figlio: «Abbiamo scoperto la sua malattia quando aveva sette mesi -dichiarò l'attore- Solo all'età di quattro anni James ha mosso i primi passi da solo: un'emozione straordinaria per lui e tutti noi. **Per me non è un bambino disabile, ma solo un bambino speciale.** Quando lo guardo, mi sembra che sia un bambino felice. Già, **l'ironia di questa sindrome è che si manifesta spesso in attacchi di risa.** Come se la felicità fosse uno degli effetti collaterali della

sua sindrome di Angelman. Non mi sento sfortunato: la nascita di James, la sua esistenza, è stata per me una benedizione, non un peso. Grazie a lui sono maturato, sono cresciuto, sono diventato più profondo, capisco meglio il senso vero dell'esistenza. Vorrei dire a tutti i genitori dei bambini con Angelman: abbracciate questa loro differenza come un'occasione di celebrazione della vita in tutte le sue forme, anche quelle speciali». Parole bellissime, che possono essere condivise da tutti i genitori di figli con una qualche "diversità".

La malattia è stata scoperta nel 1965 dal pediatra britannico Harry Angelman, che la descrisse in tre bambini nei quali riscontrò la stessa facies del dipinto "Fanciullo con disegno" di Giovan Francesco Caroto. **Colpisce, secondo le varie stime, un individuo ogni 15-25.000. La sindrome è genetica ma non ereditaria**, nel senso che la mutazione genetica che la provoca non è ereditata dai genitori (i quali possiedono un corredo cromosomico normale), ma insorge in modo casuale

idroservice

RIPARAZIONI IDRAULICHE
ESPRESSE



IN 12/24 ORE!



3395089374

- ✓ Riparazioni idrauliche
- ✓ Installazioni addolcitori caldaie stufe a pellet
- ✓ Realizzazione impianti sanitari riscaldamento condizionamento gas - solari


idroservice

Idroservice di Mario Maresca

info@idroservicesorrento.it
www.idroservicesorrento.it

Associazione Culturale

MAGIC *Medley* BALLET

ACCADEMIA DI DANZA CLASSICA E MODERNA

VIA DELLE ROSE, 36 0815322345

DIREZIONE ARTISTICA: MARILINA IACONO R.A.D. R.T.S.

I NOSTRI ULTIMI SUCCESSI!!!



SCEGLI ANCHE TU UNA VITA DA PROTAGONISTA!

durante lo sviluppo dello zigote.

La mutazione riguarda un gene contenuto sul cromosoma 15, ma solo quello di origine materna; se la stessa mutazione interessa quello paterno si ha un'altra sindrome, la Prader Willi. Ogni cellula di un essere umano possiede 22 paia di cromosomi autosomici omologhi: 22 ereditati dalla madre, e 22 ereditati dal padre, più due cromosomi di tipo sessuale, che determinano il sesso dell'individuo (XY maschio, XX femmina).

Ogni coppia di cromosomi omologhi contiene gli stessi geni, quindi di ogni gene un individuo ha due varianti, gli alleli, occupanti la stessa posizione cromosomica e facenti le stesse funzioni, uno di origine paterna e uno materna. Il gene mutato sul cromosoma 15 nella **Sindrome di Angelman è chiamato UBE3A**. La maggior parte dei pazienti con sindrome di Angelman presenta una delezione (mancanza) di questo gene sul cromosoma 15 materno. In una percentuale inferiore di pazienti (circa il 30%) si riscontra disomia uniparentale paterna del cromosoma 15, ovvero quel fenomeno per il quale la coppia di cromosomi (in questo caso la 15) presente nel figlio, per un errore, non è composta da un omologo paterno ed uno materno, bensì da due copie provenienti dallo stesso genitore (in questo caso il padre, venendo a mancare il contributo genetico materno).

Quindi, o è "saltato" l'allele materno del gene, o ci sono due cromosomi di tipo paterno. La sindrome comprende: **anomalie fisiche, neurologiche e comportamentali**. Anomalie fisiche possono includere: bassa statura, dismorfismi facciali come macrostomia (bocca larga) e diastema (denti larghi), prognatismo (mento prominente), ipoplasia mascellare, microcefalia, cranio appiattito nella parte posteriore, disturbi di rifrazione e/o lo strabismo e iperpigmentazione dell'iride e della corioide (nelle forme da delezione), ipopigmentazione di pelle, occhi e capelli.

Tra le **anomalie neurologiche**, possono presentarsi: ritardo mentale grave, ipotonia, ritardo del linguaggio, epilessia, postura tipica definita

→



a marionetta, che consiste nel camminare con le braccia sollevate in aria, movimenti tremolanti di braccia e gambe, problemi di equilibrio e coordinazione motoria (atassia), movimenti stereotipati come battere le mani e fare smorfie con la bocca e la lingua. Sono infine comuni **anomalie comportamentali**: atteggiamento di felicità senza motivo, facilità al sorriso e riso frequente, eccitabilità, agitazione, iperattività senza aggressività, elevata sensibilità al calore, deficit dell'attenzione, tendenza a sbavare, masticazione eccessiva, attrazione per l'acqua, insonnia, bulimia con obesità.

I piccoli appaiono normali alla nascita, ma tra i 6 e i 12 mesi cominciano a mostrare problemi di alimentazione e deglutizione e ritardo nello sviluppo. Intorno ai 2-3 anni possono comparire crisi epilettiche. In età adulta continuano a mostrare problemi cognitivi, difficoltà nella comunicazione e attacchi epilettici, talvolta curvatura anormale della colonna vertebrale e scoliosi o contratture muscolari che interferiscono con la motilità. L'a-

spettativa di vita è normale. La diagnosi viene confermata grazie a specifici test genetici eseguiti su un campione di sangue.

Al momento non ci sono terapie specifiche, la terapia si basa sul controllo farmacologico dell'epilessia e dei disturbi del sonno e su fisioterapia, psicomotricità, logopedia, terapia occupazionale e psicoterapia per consentire alle persone con Sindrome di Angelman di raggiungere un livello apprezzabile di integrazione e cura personale. Gli studi si concentrano sulla ricerca di una terapia genica che sia in grado di sostituire il gene malato.

Questo si potrebbe ottenere inoculando un gene sano attraverso vettori come, per esempio, virus innocui. In Italia, esiste una Onlus, "Il Sorriso Angelman", che raccoglie i genitori che hanno figli con la sindrome di Angelman. La prima iniziativa realizzata dalla Onlus è stata l'istituzione del Registro italiano Angelman.

■



STUDIO MEDICO VENERE
Dott. Pietro De Nicola Dott.ssa Giuseppina Massa
Chirurgia Plastica e Maxillo-facciale Ginecologia Ostetrica

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

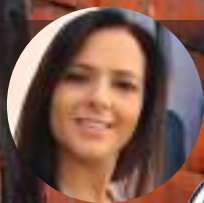


1500 calorie in soli 30 minuti

NOVITÀ

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

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



Cadute e risarcimento danni

“ Sono inciampata su un basolo sconnesso del marciapiede e ho riportato lesioni personali. Posso chiedere i danni al Comune? ”

Un semplice pedone, a piedi, in bicicletta o a bordo di un veicolo può andare incontro a una serie di pericoli: una buca sul manto stradale, una macchia d'olio, un dissesto su un marciapiede... Se l'incidente non è stato causato da semplice distrazione è possibile, a determinate condizioni, ottenere il risarcimento del danno.

In linea di massima i danni da insidie stradali sono risarcibili nel momento in cui l'anomalia si trova su una strada di apparente normalità e riveste le caratteristiche di **un pericolo occulto, non segnalato, non visibile e non evitabile.**

Il danneggiato deve dimostrare di essersi trovato di fronte ad una insidia o trabocchetto e che non era possibile prevederla né evitarla con l'uso dell'ordinaria diligenza perché se è visibile e prevedibile l'utente ha il dovere evitarla.

In questi casi si configura una precisa responsabilità in capo alla Pubblica Amministrazione che, in qualità di proprietaria del bene, è tenuta a risarcire i danni cagionati agli utenti per eventuali danni subiti.

Solitamente il Comune stipula una polizza assicurativa apposita per questi danni e sarà direttamente l'assicurazione a gestire il sinistro. Il malcapitato, tuttavia, è tenuto a chiedere il risarcimento dei danni diret-



tamente al Comune e, in caso di ricorso al Giudice, dovrà sempre citare il Comune o l'Ente responsabile della strada; ad esempio, nel caso della nota Statale che collega Meta ad Amalfi, in caso di caduta massi o problemi al manto stradale ne risponde l'Anas.

La Pubblica Amministrazione risponde dei danni causati dai beni demaniali agli utenti della strada quale custode ai sensi dell'art. 2051 c.c. e per responsabilità aquiliana ex art. 2043 c.c.. Dal canto loro, gli utenti della strada sono gravati, coerentemente al **principio di autore-sponsabilità** codificato dall'art. 1227 c.c., di un dovere generale di **attenzione e diligenza**, in base al quale il comportamento del soggetto danneggiato contrario alla ordinaria diligenza, attraverso la mancata adozione della cautela e della prudenza atte a prevenire o a ridurre le possibilità

del danno, può incidere sul nesso causale, essendo idoneo, a seconda della gravità, a limitare o addirittura ad escludere la responsabilità della Pubblica Amministrazione.

In sostanza, l'utente della strada è tenuto ad adottare l'ordinaria diligenza richiesta al fine di evitare, o contribuire ad evitare, l'avverarsi del pregiudizio. Proprio per tali ragioni se un dissesto è visibile e prevedibile l'utente ha il dovere di evitarlo. **Se c'è una colpa del danneggiato questa può comportare una diminuzione del risarcimento o addirittura la perdita di ogni possibile ristoro dei danni.** ■

Avv. Patrizia Cappiello

Via dei Platani 11
(Parco Arancia - C.Commerciale Pallotta)
Scala C 2^ Piano di Sorrento
Cell. 3391970892



STUDIO GRAFICO E CENTRO STAMPA



DK

graphic

in love

www.dkgraphic.it

Via Vincenzo Casola, 22 | S.Agata sui due Golfi | Napoli



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

Appartamento posto al 1° piano con ascensore. Panoramico circa 60 mq composto da: ampio salone, cucina abitabile, camera, bagno, balconata con ottima esposizione e box auto. Classe Energetica G.

EURO 215.000,00



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

Locale Commerciale di 110 mq con bagno, ed unico ingresso fronte strada. Classe Energetica D

EURO 290.000,00



PIANO DI SORRENTO - CENTRO

appartamento di 110 mq composto da: Salone doppio, 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



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



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



MASSA LUBRENSE - CENTRO

Appartamento in Palazzo Signorile, completamente ristrutturato. Composto da: cucina abitabile, 2 camere, bagno, e tre balconcini. Classe energetica D epi 155,3 Kwh/m2 anno.

EURO 310.000,00



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



Proteggi i capelli dal freddo

Per superare l'inverno i capelli meritano un'attenzione extra, a causa del freddo pungente e dei problemi connessi.

Il primo è rappresentato dall'aria molto secca dei luoghi chiusi, ma anche dell'ambiente esterno, infatti più l'aria è fredda minore è il suo tasso di umidità. Come conseguenza, i capelli diventano secchi e sciupati, e lo stesso discorso vale per il cuoio capelluto che diventa estremamente sensibile. Inoltre, ogni grado in meno le ghiandole sebacee riducono la produzione di sebo del 10% circa. Un altro problema per il cuoio capelluto è l'utilizzo di cappelli di lana, che spesso provocano fastidiosi pruriti.

L'unico rimedio per contrastare cute e capelli secchi è utilizzare trattamenti in grado di ripristinare un giusto livello di idratazione.

Se si è soliti usare piastre per lisciare i capelli sarebbe opportuno proteggere preventivamente i capelli con speciali prodotti.

Le spazzole dotate di setole in materiale naturale proteggono lo strato cutaneo superficiale e sono l'ideale per neutralizzare la carica statica all'interno dei capelli.

Se i capelli sono veramente troppo elettrizzati e non vogliono saperne di stare al loro posto si possono utilizzare dei buoni prodotti anti-crespo per mettere un po' d'ordine disciplinare le ciocche ribelli.

E' consigliabile anche un trattamento senza risciacquo specifico, in grado di riparare i capelli e al tempo stesso creare anche un sottile strato protettivo che difende i capelli dall'aria fredda.

In alternativa una soluzione classica: spruzzare lacca per capelli da una distanza di 20/30 cm e distribuirli con le mani in maniera omogenea su tutta la capigliatura. Questo trucco aiuterà a tenere sotto controllo l'elettricità statica! ■



Effe STYLE

di Staiano Fortunata

**Con questo freddo vieni a coccolarti
e a provare i nostri
*trattamenti nutrienti***



**Trattamento agli oli essenziali di mandarino
per un azione idratante e rigenerante**

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

LE OFFERTE DI

Mister DASH



DENIM BLACK
SHAVING GEL
ML 200

€1,00



JOHNSON'S
SALVIETTE BABY
PZ 56

€0,69



INFINITY
CARTA IGIENICA
4 ROTOLI

€1,19



LYSOFORM
BAGNO ML 750

€1,00



AVAFUSTINO
80 MISURINI

€5,90



WINNI'S
MAXI ROTOLO
210 STRAPPI

€1,79



NAPISAN
LT 2,4

€4,90



PULIRAPID
IGIENIZZANTE
ML 500

€1,20



PRONTO
IDRAULICO
LT 1

€1,60

OFFERTE VALIDE DAL 10 AL 31 GENNAIO



**MR DASH - VIA DEGLI ARANCI, 101 - SORRENTO
VIA DEL SALVATORE, 3 META**

THERAPYFIT

STUDIO CHINESIOLOGICO

**ADDIO AL
DOLORE**

**Non lasciare
che il dolore alteri
la qualità della tua vita !**



**Physioled Therma è una nuova
apparecchiatura che Cura:**

- DOLORI ALLA CERVICALE
- DOLORI ALLE SPALLE
- MAL DI SCHIENA
- DOLORI ALLE ARTICOLAZIONI
- ARTROSI
- REUMATISMI
- DOLORI ALLE GINOCCHIA
- CONTRATTURE
- TENDINITI
- BORSITI
- EDEMI e EMATOMI



Speciale Promo Fisioterapia
Presenta Questo Coupon per ricevere
la prima fisioterapia **GRATUITA**
su un pacchetto di 10
e lo sconto del **30% su tutte le FISIOTERAPIE**

Corso Italia, 89 (S.Agnello) Tel: 081 183 30156

f Therapyfit Mail: TherapyFit@hotmail.com

PSEUDOARTROSI

Che cos'è e come si cura

La pseudoartrosi è una complicazione che si verifica quando si interrompono i processi di guarigione di una frattura e non avviene il normale di saldature delle ossa entro 6 mesi dal trauma.

Molti sono i fattori che possono influenzare il processo di consolidazione della frattura: età, stato nutrizionale, terapia con corticosteroidi, malattie del metabolismo osseo, tumori, farmaci antineoplastici, infezioni.

Il sintomo principale della pseudoartrosi è il persistere del dolore nella zona interessata che può essere costante o dovuto a carico e/o a movimento a distanza di mesi dalla frattura.

Il medico ortopedico può valutare l'avanzamento della guarigione o l'eventuale comparsa di pseudoartrosi con attento esame clinico e con indagini specifiche di tipo ematico per escludere infezioni, anemia o diabete, e di tipo radiologico (Tac, risonanza magnetica nucleare, Tac).

Si può prevenire e curare una pseudoartrosi iniziale con una terapia farmacologica (calcio, vitamina D3, bifosfonati), oppure con un trattamento non chirurgico che prevede l'utilizzo di apparecchiature da applicare sulla cute come: stimolazione meccanica, campi elettrici o elettromagnetici, ultrasuoni pulsati a bassa intensità, onde d'urto.

Qualora questi metodi di trattamento incruenti non dovessero essere sufficienti, sarà necessario ricorrere ad un trattamento chirurgico. ■





Gomma da masticare: *Fa male ai denti?*

La risposta dipende dal tipo di chewing gum che si sceglie. **Masticare gomma con zuccheri aggiunti aumenta il rischio di sviluppare carie dentali.**

Le gomme da preferire sono quelle **sugar free** che grazie al processo di masticazione stimolano la produzione di saliva, la quale aiuta a neutralizzare gli acidi prodotti da batteri che causano le carie. I massimi benefici antiplacca si hanno masticando chewing gum senza zucchero **per non più di 10 minuti**. In questo lasso temporale 100 milioni di microbi vengono trasferiti dal cavo orale alla gomma. Ma una volta superati 10 minuti di masticazione, continuare a tenere il chewing gum in bocca potrebbe essere deleterio perché alcuni microbi passati sulla gomma potrebbero tornare nel cavo orale.

Altro aspetto da tenere in considerazione quando si sceglie una gomma da masticare sono **l'aggiunta di acidi alimentari per conferire al chewing gum un determinato sapore**. Masticare regolarmente gomme contenenti acidi alimentari a lungo andare potrebbero esporre il dente ad una **progressiva erosione dentale** che parte dagli strati superficiali dello smalto fino ad arrivare addirittura al centro morbido del dente.

Sono da preferire le gomme che contengono minerali o specifici agenti che proteggono dalla formazione di carie. In commercio esistono chewing gum contenenti **minerali o agenti remineralizzanti derivati dalle proteine del latte**. È stato dimostrato che le gomme da masticare contenenti questo specifico agente sono in grado di aumentare la durezza dello smalto e proteggere i denti dalla carie e dall'erosione.



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 



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

Alimentari Capo

The King of Sandwiches



PANINI



SALTIMBOCCA



INSALATONE

Traversa Punta Capo, 14 - 80067 Sorrento (NA)

Tel. 081 807 2291

Vin Brulé per combattere il raffreddore

Il vin brulé è un efficace rimedio naturale per rafforzare il sistema immunitario contro i malanni di stagione: raffreddore, congestione nasale, catarro bronchiale, tosse e febbre. Questa deliziosa bevanda aromatica non è assolutamente difficile da preparare in casa dove si potranno calibrare gli ingredienti secondo i propri gusti.

La cannella e i chiodi di garofano svolgono un'azione batteriostatica contro i comuni virus influenzali e del raffreddore, in particolare i chiodi di garofano svolgono anche un'azione sedativa per la tosse, e il miele è un antibiotico naturale ottimo per sedare la tosse, la scorza del limone invece conferisce al vin brulé un potere antisettico e balsamico.

Ingredienti

1 limone, un'arancia, 2 stecche di cannella, 10 chiodi di garofano, un litro di vino rosso corposo, 150 gr di miele ed un pizzico di noce moscata.

Preparazione

Taglia la scorza del limone e dell'arancia in modo sottile, prestando attenzione a non prendere la parte bianca che conferirebbe alla bevanda un sapore amaro. Versa in una pentola le scorze e gli agrumi, le spezie e il vino rosso, mescolando in continuazione, a fuoco lento, per 5 minuti. Avvicina una fiamma alla superficie del vino ancora in pentola, facendo attenzione a non bruciarti dato che esso prenderà fuoco. Lascia fiammeggiare finché che si spenga da sola quando sarà evaporato tutto l'alcool, quindi spegni il fornello, filtra il vin brulé con un colino a maglie fittissime ed aggiungi il miele, servi fumante! Respirare profondamente il vapore proveniente dal vin brulé allevierà sicuramente i sintomi.

Suggerimenti

Servire il vin brulé in contenitori di ceramica o di vetro temprato: un normale bicchiere potrebbe non reggere l'eccessivo calore e incrinarsi, o addirittura spaccarsi. E' invece assolutamente da evitare l'uso di pentole antiaderenti nella fase di cottura e bollitura.

Versione analcolica

Nella versione analcolica possono gustarlo anche i bambini! Prepara una bevanda molto simile al vin brulé sia all'olfatto che al gusto, sostituendo il vino con il succo di mela.





Salute Naturale: FIORI DI BACH PER ANIMALI DOMESTICI

E' veramente possibile aiutare i nostri amici animali con la floriterapia? Spesso molte persone che hanno provato i rimedi dei Fiori di Bach per migliorare il proprio stato emozionale, da uno stato negativo a uno positivo, si sono interessati anche di come poter aiutare i propri animali domestici. Spesso sono considerati come appartenenti alla famiglia al cento per cento.

I Fiori di Bach hanno effetto su di loro? E quando somministrarli?

Indubbiamente i rimedi hanno un effetto positivo su tutti i viventi che provano certamente delle emozioni e tra questi vi sono i nostri piccoli o grandi amici animali.

Essi sono **sensibili a tutti quegli avvenimenti che provocano stress**; come un temporale, fulmini, fuochi d'artificio, cambio di casa o di abitudini ecc., e possiamo alleviare il loro stato di ansia, paura, che spesso portano anche a conseguenze sulla salute dei loro apparati interni. I fiori di Bach sono stati un valido rimedio anche per loro.

Chi era il Dr. Bach?

Il Dr Bach era un medico omeopata che, negli anni '30, dopo aver sperimentato la medicina ufficiale, intuì che la malattia era spesso generata da uno stato psicologico del paziente in negativo o di disagio, e che una volta riportato questo stato psicologico o emotivo in positivo, spesso anche i sintomi delle malattie sparivano.

Studio' la psiche umana e mise a punto ben 38 rimedi naturali estratti dai fiori, privi di sostanze farmacologiche, ma carichi dell'energia del fiore, e capaci di riportare in armonia l'anima dell'uomo. Egli trattava in modo olistico la persona: corpo-mente ed emozioni, e non la malattia.

Oggi sempre più veterinari ed allevatori ma anche persone private che amano i loro animali, riconoscono che essi provano le nostre stesse emozioni e sentimenti. Gli animali, a differenza di noi esseri umani, non hanno la possibilità di esternare a paro-

Dott.ssa Rosaria Aprea
Naturopata
Riceve su appuntamento
Studio di Monza e in Piano di Sorrento
Tel. 339.54.25.327

mettiti
comodo
... ci pensiamo

NOI

**ASSISTENZA
TECNICA**

Hardware e software,
in sede o presso
il vostro ufficio
o abitazione

fai la
SCELTA
giusta

4Bit

DR. MOUSE
ASSISTENZA COMPUTER, PERIFERICHE E SOFTWARE

DR. PHONE
ASSISTENZA TELEFONIA, TABLET & APP

Corso Italia 317 - Piano di Sorrento Tel. 0815342135



www.gasclima.com



Assistenza e manutenzione caldaie
Climatizzazione Impianti solari
Impianti Gas/Trasformazioni

Corso Italia, 88 - META (Na) e-mail: gasclima@inwind.it
Tel./Fax 081 19259307 - Cell. 338.4695674

le i loro disagi e questo genera uno squilibrio energetico nelle loro emozioni. La Floriterapia di Bach può intervenire per riportare armonia su questi disagi.

I 38 rimedi floreali sono stati divisi in 7 gruppi in base alla tipologia di emozioni da trattare; possono essere utilizzati singolarmente o in sinergia con altri fiori per un **massimo di 4 fiori insieme. Si usano su tutti gli animali compresi volatili, insetti, rettili ecc.**

VINE - per riportare alla cooperazione un animale autoritario o prepotente.

VERVAIN - in caso di tensione o nervosismo riconduce a docilità e rilassamento.

MIMULUS - per aumentare la fiducia in caso di visite dal veterinario, temporali, fuochi d'artificio.

HOLLY - in caso si tratti di un animale geloso dei suoi umani o di altri animali.

CHICORY - se il nostro amico marca il territorio ed è possessivo.

HEATHER – per infondergli indipendenza e tranquillità, quando per esempio ci segue ovunque.

RED CHESTNUT - nel caso si debba lasciarlo da solo per un periodo, questa essenza gli farà accettare di più il distacco momentaneo.

Esiste poi il **RESCUE REMEDY** – che rappresenta il rimedio di emergenza utile in tutte le situazioni momentanee per il suo effetto calmante e stabilizzante; questo rimedio contiene i seguenti 5 fiori: Impatiens, Clematis, Rock Rose, Cherry Plum e Star of Bethlem.

Si usano instillando direttamente in bocca all'animale, sul naso oppure mettendoli nell'acqua della ciotola, beverini o ancora spruzzandoli nell'ambiente o per via cutanea, e con carezze si fa in modo che penetrino nell'epidermide.

Convivere con gli animali significa anche riuscire a comprendere dai loro occhi tristi, dal linguaggio del loro corpo quando perdono le persone che ritenevano suoi amici (gli umani). **La floriterapia di Bach non intende sostituirsi alle cure veterinarie, anzi, deve e può essere affiancata come pratica supplementare per promuovere l'armonia, naturalezza ed empatia che daranno effetti positivi sia sull'animale che con l'ambiente e le persone con la quale vive.**

■

SCONTI
su tutta la merce
dal 20% al 30%

Fortuna
Intimo e Biancheria

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

glitter accessori

20%

Saldi

#happyShopping

50%

50%

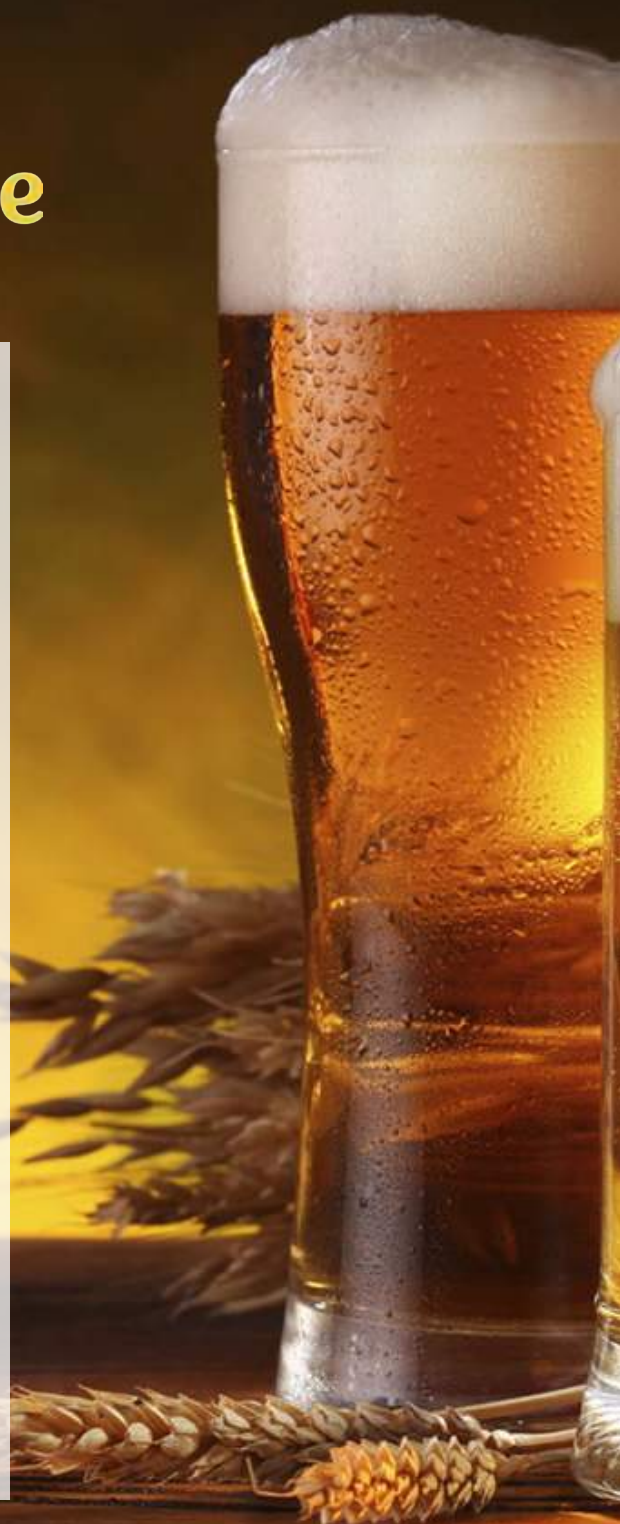
dal 20% al 50%

Arriva la Birra artigianale in capsula

Dopo il successo planetario conquistato dalle macchinette per il caffè in capsule è stato presentato una altra grande novità per il mondo delle capsule. Qualche giorno fa a **Las Vegas nell'ambito del Consumer Electronics Show** ha fatto il suo debutto sul mercato un **apparecchio per uso domestico capace di produrre birra artigianale** semplicemente premendo un pulsante, proprio come per il caffè.

Non si tratta di una semplice spillatrice istantanea di birra: questo elettrodomestico completamente tecnologico e leggermente più grande delle comuni macchinette del caffè in capsule, grazie a una software molto sofisticato permette di ottenere una birra di qualità in casa propria. **Un algoritmo intelligente appositamente programmato permetterà di controllare continuamente il processo di fermentazione e testare costantemente temperatura e pressione.** Tutto quello che bisognerà fare è scegliere tra cinque diversi tipi di "capsule" monouso contenente malto, lievito, olio di luppolo e aromi, inserire la capsula nell'apparecchio e schiacciare il pulsante di accensione del processo di produzione della birra desiderata. Dopo circa **2 settimane quest'innovativo apparecchio produrrà fino a 5 litri di birra artigianale** il che è più che sufficiente per un uso domestico.

Il vantaggio di questo macchinario rispetto ai normali metodi di produzione casalinghi è la funzione autopulente dell'apparecchio che si aziona al termine del processo di fermentazione, carbonatazione e invecchiamento della birra. ■



il modulo

arredamenti



CENTRO

via degli Aranci, 3

Modernità o Tradizione



CUCINE

33 d - SORRENTO

ALLARME CONTAGIO

L'Influenza viaggia sui mezzi pubblici



Per "viaggiare" da individuo ad individuo anche i virus preferiscono i mezzi pubblici: il contagio in luoghi chiusi e molto affollati è infatti altamente probabile.

Secondo l'Università di Nottingham (Regno Unito), le probabilità di contrarre i virus di influenza e raffreddore sarebbero sei volte maggiori per chi viaggia sui mezzi pubblici.

E' dai pendolari della metropolitana di Londra che arriva la conferma che il trasporto pubblico contribuisce alla diffusione delle infezioni il cui contagio avviene con l'aria, come la più comune influenza. La ricerca si è concentrata sul flusso di pendolari che ogni giorno affolla la rete dei trasporti pubblici sotterranei della capitale del Regno Unito. I più alti tassi di casi di influenza si sino registrati nei quartieri serviti da un piccolo numero di linee sotterranee, in quanto i passeggeri che iniziano il loro viaggio da questi quartieri per raggiungere la loro destinazione finale devono cambiare linea più volte.

I tassi di contagi più bassi di patologie delle vie aeree si riscontrano, invece, nei quartieri serviti da più linee sotterranee che garantiscono contatti con un minor numero di persone.

Cosa si può fare per ridurre le possibilità di essere contagiati? Per rendere la vita difficile ai virus evitandone la trasmissione si possono adottare diverse precauzioni. Come ricorda il Ministero della Salute è raccomandabile:

- coprirsi bocca e naso quando si starnutisce o si tossisce, anche con l'interno del gomito se non si ha un fazzoletto a portata di mano,
- gettare via i fazzoletti usati,
- lavarsi le mani accuratamente e di frequente: dopo aver starnutito e tossito, dopo essere stati in luoghi affollati,
- usare gel alcolici con concentrazione tra il 60% e il 95% se non si hanno a disposizione acqua e sapone.





Perché **rischiare?**

Assicurati!

giardullo 
agenti assicurativi dal 1972



Trame Africane onlus

Quando con poco si può fare tanto!

LeggimiGratis ha deciso d'iniziare il 2019 dedicando alcune pagine a temi importanti come il volontariato e la solidarietà in un'intervista rivolta a **Pasquale Coppola Presidente dell'Associazione Onlus Trame Africane**.

Perché il bisogno di creare quest'associazione di solidarietà?

Stanco di collaborare con Associazioni dove la raccolta serve per sostenere soprattutto gli enormi costi di gestione e dall'incontro con altre persone che, come me, avevano maturato il desiderio di arrivare direttamente lì dove c'è bisogno, nel rispetto del valore del "volontariato puro", nel 2001 ha preso forma l'idea di creare un'associazione capace di offrire a queste **popolazioni disagiate del Kenya e della Repubblica Democratica del Congo, un aiuto efficace e non semplice assistenzialismo**. Per noi aiutare significa insegnare a farcela da soli, senza essere costretti sempre a dipendere da qualcuno. Ecco da questo desiderio comune è nata l'Associazione Onlus Trame Africane che nel corso degli anni è riuscita ad aiutare con successo migliaia di persone.

Come nasce il nome "Trame Africane"?

Trame è l'intreccio di fili che compongono un tessuto, così come Trame sono le storie che si intrecciano tra persone diverse che vivono in Italia e in Africa e che insieme compongono la tela della solidarietà. Inoltre prende anche spunto da uno dei primi progetti che abbiamo deciso di realizzare: un laboratorio tessile pensato per insegnare alle ragazze madri un lavoro che permettesse loro di guadagnarsi da vivere. A questo sono poi seguite altre iniziative che nel corso degli anni hanno offerto aiuto concreto in diversi campi.

→





Ci vuoi illustrare nel dettaglio gli obiettivi raggiunti dall'associazione attraverso il Machaka Project?

Il problema più grande che abbiamo riscontrato quando abbiamo iniziato nel villaggio di Machaka, da qui il nome dell'intero progetto, è stata l'**emergenza sanitaria** e per la quale ci siamo subito attivati. Grazie alla solidarietà di tanti che ci hanno dato fiducia è stato possibile realizzare un **dispensario medico nel villaggio di Machaka** dove si è iniziato ad offrire una prima assistenza medica, avviato un progetto di vaccinazioni per i bam-



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

bini e soprattutto è stata avviata un'opera, e non per niente trascurabile, di educazione igienico-sanitaria e sessuale, utile a prevenire infezioni ed epidemie a partire dall'AIDS. In seguito ci siamo dedicati alla realizzazione di un **asilo** in grado di accogliere e seguire da un punto di vista sanitario e alimentare centinaia di bambini fino ai 5 anni. Successivamente nasce un altro progetto di cui siamo particolarmente orgogliosi è l'iniziativa **"Borse di Studio"** che si occupa di offrire istruzione a studenti di scuole primarie, secondarie fino ad accompagnare i più predisposti nel percorso Universitario o di studi superiori. Per non parlare poi della **"domestic school"**, dedicata alle ragazze che vogliono entrare nel mondo del lavoro con professionalità dove vengono insegnate materie come taglio, cucito, lavori a maglia o il **laboratorio scuola di perline** dedicato a ragazze madri o a donne costrette alla strada. Ci sono inoltre diversi **progetti dedicati alle famiglie** per sostenere la nascita di attività agricole e attività commerciali. Non abbiamo dimenticato gli **anziani**, molti dei quali sono poverissimi e completamente soli, per cui offriamo loro un'assistenza totale: sanitaria ma anche alimentare.

Una menzione a parte merita però **la costruzione del St. Therese Mission Hospital di Kiirua a pochio chilometri da Machaka** che nato per dare una risposta forte ai problemi sanitari dell'intera regione è oggi divenuto un punto di riferimento per l'intera regione del Meru. Infatti in questo nosocomio passano oggi oltre centomila persone che trovano assistenza e risposte concrete a tutte le problematiche sanitarie. In questo momento stiamo costruendo un nuovo reparto dove troverà posto la rianimazione e terapia intensiva e un primo reparto di oncologia. Ma il Machaka Project non è solo questo, c'è tanto altro ancora: **sul sito ufficiale www.trameafricane.org o seguendo le pagine face book o instagram, si possono conoscere tutte le iniziative dell'associazione** per le quali c'è bisogno della solidarietà di tutti.

C'è sempre molta diffidenza quando si parla di beneficenza. Come siete riusciti a conquistare la fiducia dei tanti che sostengono in misura sempre maggiore i progetti dell'Associazione Onlus Trame Africane?

Credo che **il merito sia tutto della trasparenza** che la nostra associazione ha sempre dimostrato nel corso degli anni. Il nostro sito ufficiale, continuamente aggiornato, offre a chiunque lo desideri la possibilità di verificare i risultati raggiunti e di seguire da vicino il progresso di tutti i progetti e le iniziative in cantiere. **Ogni anno vengono pubblicati i bilanci dell'associazione che illustrano in che modo sono stati gestiti i fondi raccolti.** Chi ci sostiene ha così la piena consapevolezza che tutto ciò che viene raccolto arriva interamente alle persone che ne hanno realmente bisogno.

Come si può contribuire?

Nella sezione "Come aiutarci", del nostro sito www.trameafricane.org, è possibile scegliere tra differenti forme di solidarietà, studiate per offrire ad ognuno quella che ritiene più opportuna. Consultare il nostro sito, seguirci su Facebook, Instagram, iscriversi al nostro canale YouTube: sono tutti modi per condividere i nostri contenuti, le nostre iniziative, i traguardi raggiunti. **Far conoscere Trame Africane** e i suoi progetti, sensibilizzare le persone ai problemi del continente africano è **il modo più semplice ed efficace per dare il proprio aiuto** e come ripeto sempre, più saremo più persone potremo aiutare ed è solo questa l'unica cosa che conta davvero!

■



FitClub

di Carlo Amato
PERSONAL TRAINING

TONIFICAZIONE - DIMAGRIMENTO

GINNASTICA POSTURALE

ALLENAMENTO FUNZIONALE

RECUPERO POST TRAUMI



Corso Italia, 26 - Meta (Na) - tel. 081 8088318



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



La carezza giusta riduce il dolore nei bambini

Baci, abbracci e coccole ... quanta dolcezza in questi gesti. Ma ora gli esperti hanno scoperto che **le carezze produrrebbero benefici simili a quelli derivanti dalla somministrazione di un antidolorifico.**

I ricercatori dell'Università di Oxford e della John Moores University di Liverpool hanno condotto uno studio sulla **capacità analgesica delle carezze** i cui risultati sono stati pubblicati sulla rivista scientifica Current Biology. Monitorando l'attività cerebrale di 32 bambini sottoposti a normali esami del sangue gli studiosi hanno suddiviso i piccoli pazienti in due gruppi: il bambini del primo gruppo sono stati accarezzati con una spazzola morbida durante il prelievo, mentre quelli del secondo gruppo no. **Dai risultati è stato accertato che il primo gruppo ha mostrato il 40% in meno di attività del dolore nel cervello rispetto all'altro gruppo.**

Il tatto, quindi, ha un potenziale analgesico molto grande senza incorrere nel rischio di effetti collaterali indesiderati. Dallo studio è emerso anche la velocità ottimale per la diminuzione del dolore: **circa 3 cm al secondo.** Questa velocità che, tra l'altro, è quella che già naturalmente impiegano i genitori quando accarezzano i figli, permette di **attivare una classe di neuroni sensoriali nella pelle chiamata afferenti C-tattili, capaci di ridurre il dolore.**

Insomma, il gesto istintivo di mamma e papà di accarezzare il proprio figlio quando non sta bene è la cosa migliore per calmare il dolore. ■



Film horror Fanno veramente “gelare” il sangue

E' stato dimostrato che quando si trova un sentimento di paura, il corpo reagisce rilasciando delle scariche di adrenalina che hanno ripercussioni in tutto il fisico. Il dr. Banne Nemeth dell'Università di Leiden affirma che espressioni come “gelare il sangue” o “paura da brividi” hanno un filo di verità scientifica. Per lo studio, il ricercatore e il suo team hanno coinvolto un gruppo di volontari in salute e di età inferiore ai 30 anni.

Senza rivelare ad alcuno la natura e la finalità dello studio per non essere soggetti a condizionamenti, gli studiosi hanno suddiviso i volontari in due gruppi. Il primo ha assistito alla proiezione di un film horror seguito da un documentario non pauroso. L'altro gruppo ha guardato gli stessi film, ma in ordine invertito. Quindici minuti prima e dopo il film, i campioni di sangue sono stati prelevati ed analizzati campioni di sangue di tutti i partecipanti al fine di misurare i fattori coagulanti del sangue. I ricercatori hanno rilevato che la visione del film horror, ma non quella del documentario, ha prodotto un notevole aumento dei fattori di coagulazione del sangue, in particolare il fattore VIII.

Gli studiosi hanno spiegato il motivo: si è scoperto che il corpo a seguito di una situazione di paura ha la capacità di riconoscere il pericolo e di conseguenza si prepara a fronteggiare una eventuale perdita di sangue aumentando i fattori di coagulazione, così da bloccare un'eventuale emorragia.

Praticamente guardare film horror spaventa a tal punto un individuo da far scattare una risposta istintiva di sopravvivenza che “gela” il sangue nelle vene. ■

L'ANGOLO
ristorante - pizzeria



ALL'ANGOLO
ristorante e pizzeria



APERTI A PRANZO



PIZZERIA



ROSTICCERIA



RISTORANTE

UNICA SEDE Via della Stazione, 39/41

80063 Piano di Sorrento NA

Tel.: 081 532 2454 CONSEGNA A DOMICILIO

OCCHI
AFFATICATI
DOPO TANTE
ORE PASSATE
DAVANTI AD
UNO
SCHERMO?

PROVA LE LENTI CON TRATTAMENTO

BLUE PROTECT

PER RIDURRE L'AFFATICAMENTO
DELLA VISTA A CHI UTILIZZA TABLET,
SMARTPHONE, PC E TELEVISORE



OTTICA

Ar Giò

SUNGLASSES OUTLET

VEDI AL MEGLIO OGNI TUO DISPOSITIVO

Anche quelli micro

RIDUCI LA FATICA

Mal di testa, occhi asciutti,
dolori al collo e alle spalle

PRENDI SOLO IL MEGLIO DALLA LUCE

Grazie alla speciale tecnologia che protegge
dalla luce blu-viola e dai raggi UV

Via San Francesco, 26 - SORRENTO
Tel. 081 8781759



Metti ko la luce blu del PC con gli occhiali giusti

Passare troppe ore davanti lo schermo di un dispositivo elettronico danneggia seriamente la vista quando non si adottano gli accorgimenti giusti. Questo pericolo è scongiurabile grazie all'utilizzo di un buon paio di occhiali!

Tutti i dispositivi elettronici (computer, tablet, tv ecc.) emettono uno speciale tipo di luce denominata "luce blu" in quanto ha una lunghezza d'onda più breve e fa parte dell'intervallo blu-ultravioletto dello spettro. Questa particolare luce blu degli schermi rientra fra i raggi UV dai quali è bene proteggersi. La radiazione della luce blu emessa da sorgenti luminose artificiali o dagli schermi può essere molto irritante o causare affaticamento e stress visivo.

I danni da luce blu emessa dai computer sono causati alla **macula**, la zona centrale della retina dell'occhio, la quale è **maggiormente sensibile agli stimoli luminosi**. Le cellule che la compongono non hanno la capacità di rigenerarsi e questo comporta una degenerazione costante e nei casi più gravi può portare addirittura alla cecità.

Gli occhiali riposanti per computer sono essere utili alleati contro le minacce della luce blu, grazie ad uno speciale filtro protettivo che ne impedisce di raggiungere la **retina**. Indossare lenti specifiche produce un effetto preventivo, previene mal di testa, occhi asciutti, dolori al collo e alle spalle e l'affaticamento e lo stress visivo. ■





«Io e Bammennella» successo di critica e pubblico al Supercinema

Sold out al **Cine-teatro Supercinema di Castellammare di Stabia sabato 1 dicembre** per quello che si è rivelato un appuntamento di livello col grande teatro della tradizione partenopea: la commedia musicale **“Io e Bammenella” di Alfonso D’Antuono, basata sulle canzoni immortali di Raffaele Viviani, e messa in scena dalla sua compagnia “E’ Scapestrat”**. Uno spettacolo che si è tradotto in una festa corale, con attori e pubblico che nel finale hanno cantato e ballato insieme sulle note del ritornello di **“La festa ossaie”**.

Travolgente nei ritmi, di potente bellezza nelle **scene e costumi d’epoca curati dal meticoloso Carmine Milone**, affascinante nelle musiche e nelle interpretazioni, l’opera, scritta, **diretta e interpretata da D’Antuono**, divisa in due atti, è ambientata negli anni ’20, in una Napoli poverissima e affamata dagli stenti del dopoguerra, ma non piegata nello spirito combattivo e indomito del popolo. **Un po’ musical un po’ sceneggiata na-**

poletana, la commedia restituisce, a detta di critica e pubblico, un’ora e mezza di spettacolo di un’intensità totale. Protagonista, il personaggio di **“Bammenella”** della famosissima canzone di Viviani, interpretato dallo stesso Alfonso D’Antuono, in lussureggiante maschera femminile.

La storia racconta la vicenda che secondo la fantasia dell’autore sta dietro i versi celeberrimi dello struggente brano di Viviani **“Bammenella ‘e copp’ ‘e Quartiere”**. Il grande compositore, poeta e commediografo, tra i più illustri della storia di Napoli, **Raffaele Viviani (1888-1950), era originario proprio di Castellammare di Stabia**. Il **“poeta scugnizzo”**, come veniva chiamato, scrisse la canzone nel 1917.

Melodia e testo sono pura poesia, nel narrare in prima persona la storia di una giovane prostituta dei Quartieri spagnoli, quel dedalo di **vicoli e vicoletti nelle zone di Montecalvario e Avvocata, sopra Toledo**, che prendono il nome dall’essere stati, nel

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
IL MERCATO D'ARTE

Tappeto Volante





www.oroconvert.it

follow us



COMPRO ORO e ARGENTO

META

Corso Italia, 132

**PIANO DI
SORRENTO**

Corso Italia, 83
(di fronte al Carabinieri)

SORRENTO

Viale Nizza, 29

1500, sede delle milizie spagnole, e sono popolatissimi – ancora oggi- di gente povera che vive nei famosi “vasci” (i bassi).

La Bammenella della canzone vive la sua vita disperata con passione, sincerità, intensità, perdutoamente innamorata del suo protettore, nonostante la tratti con violenza, in un legame indissolubile e carnale. **Ispirandosi al testo, Alfonso D’Antuono crea un racconto teatrale si snoda tra irresistibile comicità, canzoni indimenticabili, passioni, miserie e sentimenti, nel fascino senza tempo della Napoli del primo ‘900, quando negli anni ‘20, dopo la Prima Guerra Mondiale, la città soffocava di fame e miseria, e il popolo dei vicoli si arrangiava tra espedienti, elemosine, furti, contrabbando, prostituzione, mentre nascevano i primi Café Chantan, sede del sogno di lusso e riscatto attraverso arte, sfarzo e bellezza.**

La Bammenella di Alfonso D’Antuono, di nome **Stella, è sposata con Vincenzo (Fedele Perillo)**, un modesto “rammariello”, antico mestiere napoletano oggi completamente desueto (venditore rateale a domicilio, di casa in casa, di biancheria personale e merci da corredo), e **convive con lui e la suocera semi-sorda (Maria Boccia)** in un modestissimo basso, accanto agli impiccioni vicini, **il calzolaio Turillo (Vincenzo Romeo) e la straripante compagna Sofia (Alessandra Vozza)**, raggiunti ogni giorno dalla visita dell’acquaiuolo (Francesco D’Auria), **altro antichissimo mestiere napoletano.**

Ma Stella ama il lusso, gli abiti sgargianti e le scarpe col tacco, il cibo di qualità e la vita tra cinematografo e night, e per ottenere ciò sceglie la via del marciapiede, accanto al suo protettore, **Don Gennarino (Rino Cuomo)**, di cui poi, inaspettatamente, si innamora perdutoamente. Il primo atto ci fa conoscere questi personaggi nell’ambiente misero e decrepito del cortile nei pressi dei “vasci” affacciati sui vicoli, mentre una scatenata tammurriata per le festa di San Gennaro traghetta il pubblico nel **secondo atto, ambientato nel mondo dorato di un Café Chantan, il fantomatico Magic Bric.**

I Café-chantant furono un genere di spettacolo nel quale si eseguivano piccole rappresentazioni teatrali e numeri di arte varia in locali



TECNO CALOR



Riscaldati con noi...



 Chaffoteaux

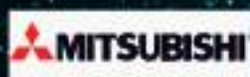







ACQUA
BREVETTI

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



**Rubinetteria
Sanitari
Climatizzatori
Addolcitori
Caldaie a gas**

dove si potevano consumare bibite e generi alimentari nel corso dello spettacolo. Il fenomeno dei Café-chantant nacque a Parigi nel XVIII secolo.

Sul finire del XIX secolo, quando Parigi divenne il simbolo del divertimento e della vita spensierata, il genere valicò le Alpi per essere importato anche in Italia. La novità esplose a Napoli, dove l'epoca d'oro del Caffè-concerto coincise con quella della canzone napoletana. Nel 1890 venne infatti inaugurato l'elegante **Salone Margherita, incastonato nella Galleria Umberto I, per merito dei fratelli Marino**, che capirono l'importanza di un'attività commerciale redditizia da unire al fascino della rappresentazione del vivo. L'idea fu vincente e ricalcò totalmente il modello francese, persino nella lingua utilizzata: non solo i cartelloni erano scritti in francese, ma anche i contratti degli artisti e il menu. I camerieri in livrea parlavano sempre in francese, mentre gli artisti, fintamente d'oltralpe, ritoccavano i nomi d'arte con assonanze francesi.

Il Supercinema di Castellammare si è trasformato così per un momento nel luccicante "Magic Bric", e gli spettatori sono stati invitati a vivere la magia di una favola, immergendosi nel sogno della Belle époque. Nel cabaret il pubblico ha incontrato nuovi personaggi: l'eccentrico proprietario francese del Café, **Don Spillo (Carlo Alfaro)**; **Gilda (Pina D'Aniello)**, ex moglie di Don Gennari-

no, che, da quando è stata abbandonata per Stella, lavora come donna delle pulizie, rimpiangendo il suo passato di vedette; l'improbabile **soubrette Vanny (Gennaro D'Auria)**; il **portantino maldestro (Emiliano Cascone)**; le **cameriere pettegole (Antonietta Tramparulo e Teresa Gallo)**; l'**impresario strampalato Paul Astre (Francesco D'Auria)** e la sua **segretaria muta (Mariella Sabatini)**.

L'incontro con Vanny alimenta in Gilda il desiderio di ritornare a essere una stella delle notti napoletane, ma un inaspettato scontro tra Vincenzo e Gennarino culminerà in un finale imprevedibile.

Alfonso D'Antuono, di Sant'Antonio Abate, è uno dei più apprezzati e seguiti cabarettisti campani, forte di una trentennale esperienza di palcoscenico nel solco della tradizione del Café Chantant, dell'avanspettacolo, della tradizione della commedia buffa d'improvvisazione, della drammaturgia verista di Raffaele Viviani e della realtà dei vicoli e quartieri di Napoli.

Ha debuttato giovanissimo con **La Gatta Cenerentola di De Simone** ed è stato in compagnia con **Peppe Barra**, ha lavorato anche in tv (La sai l'ultima) e al cinema con Gigi D'Alessio. Ha scritto gli spettacoli teatrali "La Pirofila" e "Io e Bammenella" e ha già pronto un nuovo copione che si preannuncia una bomba. Sempre con la sua compagnia E' Scapestrati, ormai una vera famiglia. ■





FARINA, ACQUA, LIEVITO E SALE...



Pane con lievito madre

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

pane al...

*Carbone Vegetale · Altamura · Soia · Farro
Segale · Multicereali*

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

CERCASI COMMESSA

URLO

4 Bit

Il tuo esperto di fiducia!

VENDITA E ASSISTENZA
PC, TELEFONIA, TABLET

DE MOUSE DA PHONE

VETRO ROTTO?!

CI PENSIAMO NOI!

- | | |
|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Danni da Acqua | <input type="checkbox"/> Problemi audio |
| <input type="checkbox"/> Sostituzione Batteria | <input type="checkbox"/> Fotocamera rotta |
| <input type="checkbox"/> Problemi ai tasti | <input type="checkbox"/> Problemi alla porta di ricarica |
| <input type="checkbox"/> Problemi al microfono | |

Corso Italia 317 Piano di Sorrento (NA)
Tel. 0815342135 [segui su](#) 





**Pelle secca?!
in inverno**

**No a docce
troppo calde**

Con le temperature rigide di questo periodo la pelle è messa a dura prova. Per mantenerla ben idratata nonostante il freddo di stagione bisogna adottare alcuni semplici accorgimenti.

Per mantenere la pelle morbida ed elastica bisogna ad esempio evitare le **docce troppo calde e che durano a lungo**. Il tempo massimo consigliabile per una doccia è i 10 minuti utilizzando acqua tiepida anziché fumante per evitare di **danneggiare la barriera cutanea ed aumentare il problema della pelle secca**.

Un altro consiglio è quello di **utilizzare una crema idratante** anziché una lozione idratante. La differenza sta nel fatto che le lozioni sono meno idratanti perché hanno una quantità di acqua più alta rispetto alle **creme che invece hanno una formulazione più grassa, ideale per chi ha la pelle secca**. Queste vanno applicate subito dopo la doccia e preferibilmente sulla pelle ancora umida per favorire l'idratazione.

Per quanto riguarda la **pelle delle mani** gli esperti consigliano di spalmare una quantità generosa di **crema prima di andare a dormire** e all'occorrenza di **indossare un paio di guanti in cotone** in modo tale da favorire una migliore penetrazione del prodotto. Nel caso in cui si manifestano **dei tagli sull'epidermide** a causa del freddo bisogna trattare queste ferite superficiali con una crema antibiotica in grado di ridurre il rischio di contrarre fastidiosi infezioni cutanee, ma qualora la pelle si arrossasse è necessario correre subito ai ripari e rivolgersi ad uno specialista. ■



L'osteopatia in età pediatrica *può essere utile?*

L'Osteopatia pediatrica è il caso più reale di medicina preventiva per il nascituro. Alla nascita, il bambino subisce un trauma causato dal parto naturale, mentre dopo un cesareo c'è la necessità di migliorare il MRP (Movimento Respiratorio Primario). L'osteopata ha il compito di "normalizzare" le disfunzioni che si possono formare a causa di questo evento meraviglioso seppur traumatico quale il parto.

PERCHÉ PORTARE UN BAMBINO DALL'OSTEOPATA?

"I tessuti posseggono una loro memoria" e tutto rimane impresso. Per questo è importante l'osteopatia nei bambini, perché evita che le disfunzioni si strutturino.

Il passaggio della testa del feto lungo il canale del parto determina un modellamento delle ossa craniche ed uno stimolo meccanico essenziale per uno sviluppo regolare di tutto il corpo. Se questo viene a mancare, come in caso di parto cesareo, l'intervento dell'osteopata può rendersi necessario per favorire una crescita il più corretta possibile. La pressione subita dal cranio al momento della nascita può rappresentare un fattore determinante per l'ossificazione delle ossa craniche. Inoltre, la compressione che il cranio riceve nel passaggio nel canale pelvico, può creare irritazioni dei nervi crani-
ci al neonato. In età fetale il bambino possiede una grande malleabilità delle ossa del cranio e, a causa dell'espulsione e delle enormi pressioni cui è sottoposta la testa durante la nascita, questi può subire una deformazione del cranio stesso. Spesso le deformazioni del cranio durante l'espulsione vengono riassestate completamente col passare del tempo. Talvolta questo processo non si verifica in maniera completa se la nascita è stata difficoltosa. Ne conseguono alterazioni di mobilità di alcune ossa craniche, non ancora saldate, e la possibilità quindi di sviluppare disfunzioni a carico del sistema visivo e occlusale. I tessuti conservano spesso le asimmetrie delle pressioni e stiramenti subiti, quindi ogni



Dott. Silvio Giglio

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

Per informazioni o prenotazioni:

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



- Artrosi e dolori della colonna vertebrale
- Periartrite, epicondiliti, 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, ipotonia muscolare 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



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



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**

regione del corpo può essere lesa.

Nel parto cesareo, a causa del gioco di pressioni, si possono riscontrare problemi, infatti vi è una notevole pressione all'interno della pancia ed una quasi nulla nell'ambiente esterno. Il feto, durante il passaggio diretto dall'ambiente fetale al mondo esterno, è sottoposto ad una forza di trazione del cranio in senso trasversale ed una successiva difficoltà di adattamento alle nuove pressioni.

In entrambi i tipi di parto se l'adattamento fisiologico del cranio non avviene, l'osteopata interviene per riequilibrarlo e per permettere una migliore fisiologia, eliminando le disfunzioni ed evitando che queste si possano manifestare in futuro. A seconda della disfunzione cranica presente, nel bambino possono infatti manifestarsi successivamente problematiche specifiche. Allergie, asma, faringiti, riniti, sinusiti, otiti, adenoiditi e difficoltà respiratoria possono essere legate ad un'alterazione del movimento delle ossa del cranio o di una scorretta mobilità del diaframma toracico.

La presenza di disturbi del sonno, suzione difficoltosa, rigurgiti, difficoltà a deglutire, agitazione e irritabilità, coliche possono essere legate ad una tensione o compressione delle suture o dei tessuti membranosi intracranici che tendono a creare un'irritazione di strutture nervose alla base del cranio. Le alterazioni a carico della colonna e del sacro possono dare luogo ad alterazioni posturali che si evidenzieranno durante la crescita come scoliosi, dismetrie e dimorfismi degli arti inferiori (ginocchia vare, valghe, alterazioni dell'arco plantare).

La presenza di emicranie, cefalee, strabismo, cattive occlusioni possono essere legate a lesioni o tensioni delle membrane intracraniche o cranio-sacrali.

IN COSA CONSISTE IL TRATTAMENTO OSTEOPATICO PEDIATRICO?

In pediatria viene utilizzato un approccio cranio-sacrale molto delicato, ovvero un metodo gentile, non invasivo ed efficace trattamento manuale. **L'osteopata controlla il ritmo cranio-sacrale con entrambe le mani e attraverso manovre molto dolci (la forza inferiore ai 3 grammi) riequilibra cranio e sacro.**

Alcune volte i bambini liberano le loro emozioni o piangono durante i trattamenti, ma le tecniche non fanno alcun male ai bimbi. **L'intenzione è quella di ripristinare l'integrità strutturale e ridare fluidità ai liquidi. Solo allora il corpo potrà mettere in atto il suo potere di "auto guarigione".**

Il neonato subisce un trauma durante il passaggio nel canale del parto. **Può capitare che il cranio si presenti leggermente allungato o deviato.** Questo non rappresenta una patologia ma, se naturalmente durante i primi giorni di vita extrauterina il cranio non riprende la normale forma, **le mani dell'osteopata possono aiutare a riportare la forma del cranio in una situazione più fisiologica.**

Dopo una preventiva osservazione del bambino si procede al trattamento dei disturbi funzionali, volto ad alleviare, laddove ci fossero, tensioni alla colonna vertebrale oppure a valutare che il movimento delle ossa craniche sia buono. L'azione dell'osteopata non si limita alla correzione di un osso in rapporto ad un altro, si cerca invece, di **restituire ai differenti tessuti le proprie funzioni, una delle quali è la possibilità di rispondere alle sollecitazioni circostanti.** Nel bambino il sacro, lo sterno e l'occipite non sono completamente ossificati, il tessuto osseo che forma i centri di ossificazione è molto malleabile e la trama ossea non ha ancora raggiunto la sua densità massimale. **L'utilizzo della ventosa può causare stiramenti sulla dura madre e fasciali, responsabili di disequilibri vertebrali.**

Sin dalla vita intrauterina il neonato può aver subito dei danni che hanno provocato delle disfunzioni, e le sue dinamiche spesso lasciano lesioni che non si risolvono spontaneamente.

Ad esempio se durante la gravidanza la mamma soffre di lombalgie, sciatalgie, tensioni addominali è molto probabile che tutte le strutture coinvolte non riescano a compensare le richieste di un continuo adattamento dato dalla crescita del feto, per cui il bacino materno non si predispone nella migliore condizione per affrontare il parto e ciò può provocare compressioni anomale e asimmetrie al futuro neonato ancora prima di nascere.

In generale, **grazie all'ausilio del trattamento osteopatico, la possibilità di curare sin dalla primissima infanzia malformazioni, scompensi della struttura ossea e disfunzioni dell'apparato membranoso e legamentoso può evitare dolorosi e lunghi percorsi di cura una volta adulti,** ragion per cui l'Osteopatia si configura come medicina preventiva e di supporto prima, durante e dopo la gravidanza.





Batteria Smartphone Come aumentarne la durata?

Se c'è qualcosa che accomuna tutti gli smartphone è la scarsa durata della batteria che si consuma molto velocemente tra social e giochi.

Quali sono alcuni accorgimenti da adottare per risparmiare energia?

Diminuire il numero di app che si utilizzano può preservare la batteria. Ci sono delle funzioni che consumano molta più carica di quanto si possa immaginare. Per risparmiare energia si può **controllare nei settaggi della batteria per verificare quali sono le app consumano di più** e decidere di conseguenza. **Le funzioni di localizzazione e tracking**, per esempio, consumano molta batteria. Nonostante il Gps stia migliorando con i nuovi modelli di smartphone, rimane comunque un assorbimento di energia molto alto.

Se il segnale della **connessione mobile o il WiFi** è instabile, lo smartphone deve impiegare più "energia" per restare connesso e di conseguenza assorbe più batteria. Un trucco potrebbe essere quello di **utilizzare la modalità aereo**: non si possono ricevere chiamate, ma se si è collegati ad una rete fissa Wi-Fi si può utilizzare il segnale per restare connessi.

La seconda fonte di consumo della batteria è il **display**: più è grande, maggiore è il fabbisogno energetico. Per ridurre l'assorbimento di energia si può provare a **tenere bassa la luminosità e ridurre al minimo il tempo di spegnimento del display**.

Più il **volume** dell'audio e della suoneria è alto, più batteria si consuma: un trucco è mettere lo smartphone in muto e **utilizzare le cuffie**. ■



Se vuoi pubblicare la tua foto è semplice, ecco come devi fare: fatti una fotografia in posa con

LeggimiGratis

Invia la tua foto via mail all'indirizzo:

foto@leggimigratis.it

Non dimenticare di indicare il tuo nome e cognome.

L'invio delle foto implica l'autorizzazione alla pubblicazione delle foto stesse e dei dati personali, compresi nome e cognome del mittente.

La scelta delle foto da pubblicare è a discrezione della redazione. La pubblicazione è gratuita.



Anna, Raffaele e Giusy
del Bar Bleu Moon di
Sant'Agata salutano i
clienti affezionati

Il dolce Nathan
manda un saluto
a tutti i suoi familiari



Diventa protagonista!

Scatta una foto con il caratteristico logo LeggimiGratis o la copertina del mensile che preferisci e spediscila con un click. Verrà pubblicata nel prossimo numero.

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 consapevole cani e gatti di varie taglie ed età, anche cuccioli. Info ENPA Penisola Sorrentina.

Tel: **3337667752**

Cuccioli di schnauzer nano bianco

Disponibili cuccioli di schnauzer nano bianco, maschi e femmine da fine gennaio. I cuccioli vengono consegnati vaccinati, sverminati, dotati di microchip e pedigree.

Prezzo: **1.000,00 €**

Tel: **3387146376**

E-mail: info@tempioantico.it

IMMOBILI

Cerco socia

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

Tel. **3282778361**

Sorrento Vendesi

Sorrento località Atigliana. Vendesi appartamento di 126 mq (calpestabili) sito al secondo piano composto da: ingresso, cucina, 3 camere da letto, soggiorno, bagno, sala

da pranzo, ripostiglio e 2 balconi. Posto moto e cantina privata.

Prezzo: **550.000,00 €**

Tel. **339 5635716 - 08118962270**

Fittasi appartamento

Sorrento-Piano: fittasi appartamento per brevi periodi: week end e settimane, prezzi interessanti.

Tel: **3341638954 - 0818787297**

Appartamento fronte isola di Tavolara

Sardegna Olbia Porto San Paolo. Nella splendida cornice dell'area marina protetta di Tavolara capocoda cavallo. A 10 km. dal porto ed aeroporto di Olbia. Cucina, soggiorno, 2 camere da letto, veranda, giardino, finemente arredato. Posto auto, barbecue, riserva idrica.

Prezzo: **400,00 €**

Tel: **3491989584**

E-mail: salvatoretolu@hotmail.it

Fittasi monolocale

Fittasi monolocale a S' Agata Sui Due Golfi con bagno, angolo cottura, giardino panoramico.

Tel: **3388243771**

Fittasi villa panoramica

Casa Vacanza: Fittasi a S'Agata Sui Due Golfi, villa panoramica per brevi e lunghi periodi, di 16 posti letto, sei bagni, due saloni, sala biliardo,

giardino con piscina, ping pong, basket e aria sauna. Anche per cerimonie e feste private.

Tel: **3388243771**

Fittasi appartamento

Casa Vacanza: fittasi S. Agata Sui Due Golfi appartamento indipendente in villa panoramica composta da: una camera matrimoniale, una doppia con bagno, cucina, posto auto. Solo weekend o settimana.

Tel: **3388243771**

Fissasi appartamento Sorrento

Affittasi appartamento panoramico posto al quarto piano con ascensore composto da tre camere da letto, ampio ingresso, salone doppio, due bagni, ampia cucina, zona lavanderia, 2 ripostigli, 3 balconi e posto auto in cortile condominiale. La casa si trova in una zona centrale ma tranquilla a pochi passi dalle piazze principali e dalla stazione dei treni. Non ammobiliato, contratto regolare 4+4.

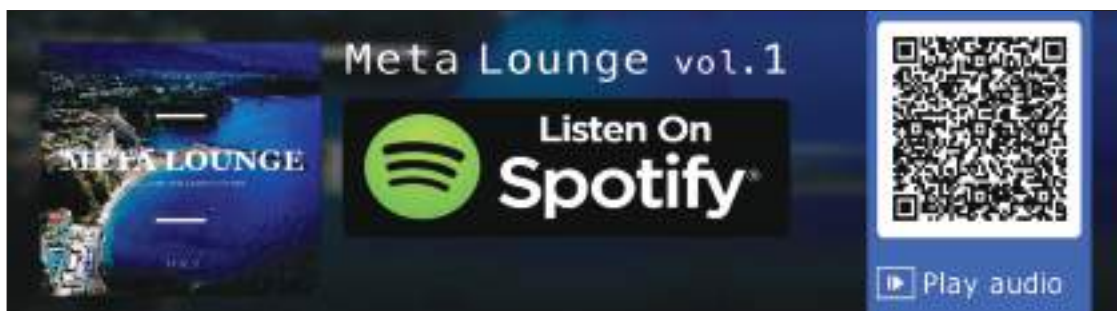
Prezzo: **1.500,00 €**

Tel: **3381120739**

CORSI

Lezioni private

Ingegnere meccanico impartisce lezioni di doposcuola a studenti



Meta Lounge vol.1

Listen On Spotify



Play audio



ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE "BUONOCORE-FIENGA"

Via G. Marconi- 80062 META (NA) tel. 0810812265

www.icbuonocorefiengameta.gov.it

OPENDAY

SPECIAL EVENT: "La Scuola va in scena"

attività laboratoriali di musica, arte, sport, danza, informatica, coding, scienze, lingue straniere, proiezione di filmati... e tante sorprese!

Vi aspettiamo

per scoprire e condividere attività didattiche e laboratoriali nei giorni:

15 gennaio 2019

ore 9.30/11.00 e 14.30/15.30

**Scuola dell'Infanzia-
Scuola Primaria**

17 gennaio 2019

ore 10.00/ 12.00 e...

ore 16.30/ 19.30

Scuola Secondaria di I grado

Inaugurazione del pannello in maiolica
su patrimonio storico-artistico del Comune di Meta

Catering offerto dal Corso Serale

I.P.S.S.E.O.A. Viviani di Castellammare

Presentazione dell'offerta formativa: **18 gennaio ore 17** **18 gennaio ore 18**

Scuola dell'Infanzia
Scuola Primaria

Scuola Secondaria
di primo grado

*Costruiamo
insieme*

*il tuo
futuro!*

**Il Dirigente Scolastico
dott.ssa Ester Miccolupi**



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

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

www.endesia.it

info@endesia.it

+39 081 808 76 18

Endesia

Vetrina Annunci

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

di medie, superiori e a universitari in materie scientifiche e tecniche: - matematica; - chimica; - fisica; - elettrotecnica; - macchine. Zona Sant'Agello.

Tel: 3511612122

Lezioni di chitarra

Cantautore, chitarrista, autodidatta, impartisce lezioni di chitarra a domicilio.

Tel: 3391753811

Lezioni e ripetizioni di inglese, francese, spagnolo e tedesco

Laureata con lode in lingue e letterature straniere presso l'Università degli Studi di Napoli "Federico II" impartisce lezioni private e ripetizioni di inglese, francese, spagnolo e tedesco in penisola sorrentina. Si effettuano anche traduzioni. Mas-

sima serietà ed affidabilità. Prezzi modici.

Tel: 3336545989

RIPETIZIONI DI DIRITTO E PER LE SCUOLE SUPERIORI

PLURILAUREATA IN GIURISPRUDENZA E SCIENZE DEL SERVIZIO SOCIALE IMPARTISCE LEZIONI DI DIRITTO, PSICOLOGIA, SOCIOLOGIA E NEGLI INSEGNAMENTI DELLE SCUOLE SUPERIORI.

Tel: 3662067307

Lezioni private

Ingegnere meccanico impartisce lezioni per studenti del liceo (scientifico e classico) e nautico in: matematica, chimica, fisica, elettrotecnica, macchine. Zona Sant'Agello.

Tel: 3511612122

MOTORI

Fiat 850 anno 1976

Fiat 850 anno 1976 ottime condizioni. 6000 km. Contattatemi per maggiori Info. Zona Sorrento.

Prezzo: 2.000,00 €

Tel: 3313633696

Fiat 500 d'epoca

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

Tel: 3805171932

Land Rover serie 88 SWD

Land Rover serie 88 SWD anno 1981, autocarro, 3 posti, gancio traino in vendita a Subbiano (Arezzo). Usata fino a settembre 2018 con motore da rivedere e pompa



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**

iniezione revisionata da poco.

Prezzo: 3.300,00 €

E-mail: info@poggiotondo.it

Vendo Fiat Panda Easy 1.2

Vendo Fiat Panda Easy 1.2 nuovo modello benzina vari colori.

Prezzo: 5.700,00 €

Tel: 3894359202

Vendo Toyota aygo 1.0

Vendo Toyota aygo 1.0 con Bluetooth mp3, 5 porte, anno 2014. Ideale per neo patentati e per chi vuole un'auto con costi di gestione bassissimi.

Prezzo: 5.850,00 €

Tel: 3894359202

LAVORO

Cerco socia

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

Tel. 3282778361

Cersasi Commessa

Negoziato sito in Piano di Sorrento, cerca commessa per lavoro full-time.

Tel. 081 8087203

Offro Lavoro

Cerco phonista per negozio di par-

rucchiere Sorrento.

Tel: 3286516080

Cerchi Lavoro?

Tecnocasa, azienda leader nel settore dell'intermediazione immobiliare, per prossima apertura seleziona candidati ambo sessi, con età compresa tra 20 e 30 anni, anche prima esperienza lavorativa, da inserire nel proprio organico nella sede di Sorrento. Si richiede: diploma o laurea, determinazione, ottime capacità comunicative-relazionali ed intraprendenza. Offriamo trattamento provvigionale + fisso mensile, affiancamento e formazione costante, possibilità di crescita nel gruppo. Per candidarsi è necessario inviare un curriculum vitae al seguente indirizzo di posta.

Tel: 081.807.43.81

E-mail: nahq9@tecnocasa.it

Cerco lavoro

Ragioniere 55enne, con esperienza pluriennale in contabilità generale, gestione magazzino, pratico computer, cerca lavoro a Scafati (SA) o zone limitrofe.

Tel: 339/3586823

Cerco lavoro

Restauro con metodi antichi il legno (mobili, oggetti, infissi e portoni); faccio dorature, decori e uso

anche tecniche shabby chic per cambiare e rinnovare mobili in disuso dando loro nuova bellezza e dignità. Uso anti tarlo non invasivo e non nocivo per esseri umani ed animali. Molteplici sono state le mie collaborazioni per privati, strutture alberghiere, enti e luoghi religiosi. Preventivi gratuiti e prezzi concorrenziali. Professionalità trentennale. Vico Equense.

Tel: 3338612028

COLLABORATRICE DOMESTICA

Cerco lavoro come colf o babysitter, ho lavorato MOLTO nell'ambito pulizie e bambini, ho fatto un poco di aiuto maestra di asilo nido e materna, aiuto doposcuola, assistente dentistica, assistente veterinaria, cameriera sala e piani, hostess per stand fiere, hostess accompagnare famiglie in hotel occupandomi animazione bambini, commessa, centralinista, assistente anziani e disabili bambini e ragazzi e segretaria.

Tel: 328/3563198

Cerco lavoro

Operaio edile cerca lavoro, zona Sorrento a C/Mare.

Tel: 3313729300

Cerco lavoro

Cerco lavoro come badante, di not-

4 Bit

Vendita e Assistenza
Pc & Smartphone

Corso Italia, 317 - Piano di Sorrento (NA)
Tel. 081.534.2135 - 081.191.71215

DR. PHONE
ASSISTENZA TELEFONIA, TABLET & APP



VETRO ROTTO?

NON DISPERARE!
TE LO RIPARIAMO NOI!

SOSTITUZIONE DISPLAY, VETRO
E VARIE COMPONENTISTICHE
TABLET E SMARTPHONE



MARTEDÌ MASSIMO RANIERI in
5 "IL GABBIANO"
ORE 21:00 TEATRO DELLE ROSE
FEBBRAIO '19 VIA DELLE ROSE, 35 - 80063 PIANO DI SORRENTO (NA)
081 8786165 - WWW.TEATRODELLEROSE.COM

ACQUA &



acquaesapone.it



COLGATE
DENTIFRICIO
4x75 ml.
ASSORTITO

€ **2,88**

DASH
DETERSIVO LIQUIDO
PER LAVATRICE
3x18 LAVAGGI
ASSORTITO

€ **7,99**



ORARIO CONTINUATO - DOMENICA MATTINA APERTO

SAPONE®

Oltre la
Convenienza

OFFERTE VALIDE
DALL'8 AL 27
GENNAIO
2019

0%
IVA agevolata
per i cosmetici

ACQUISTANDO
UN PRODOTTO
DEBORAH PIÙ
DE 10€000
DEVI ACQUISTARE
OGNI 10€000
UN ML



DEBORAH
FORMULA PURA
LIPIDA

€7,90



DEBORAH
FORMULA PURA
CREMATIVA

€5,90

Prima il fondatore
de Color e colorati
in effetto make-up
A scelta in 3 colori
adattissimi al proprio
tipo di carnagione e
l'atteggiamento



MAX FACTOR X
FONDATORE HEALTHY SKIN
ROSSETTO BLUR EMAGUSO

€12,90



Primo fondatore
con effetto
anti-invecchiamento
anti-Las
che protegge
da danni
esterni

DEBORAH
IL FONDOTINTA
D'INFERNO

€6,90



Primo il mascara
in modo a
e la scelta di
aperta
la
L'ORÉAL
MASCARA PARADOXE
MASCARA
- INTITA EMAGUSO

L'ORÉAL
MASCARA PARADOXE
MASCARA
- INTITA EMAGUSO

€12,90



Primo il rossetto
Primo il rossetto
Primo il rossetto
Primo il rossetto

MAYBELLINE
ROSSETTO
SUPER STAY
CREAMY INK

€8,90



Primo il rossetto
Primo il rossetto
Primo il rossetto
Primo il rossetto

BOURJOIS
EMBRETTE SMOXY

€9,90

Il fondatore
de Color è
il fondatore
de Color è
il fondatore
de Color è



RIMMEL
FONDOTINTA
LASTING FOCUS 24H
- CORRETTORE

€9,90



100
ml

ARROGANCE
DONNA EDT

€19,90



100
ml

ETERNITY
EUP

€38,90



50
ml

LAURA
BIAGIOTTI
EAU DE
PARFUM

€44,90

PIAZZA DELLA REPUBBLICA, 19/21 - PIANO DI SORRENTO



CORSO ITALIA 194 - PIANO DI SORRENTO



La PIZZA
e' una cosa **SERIA**

Sapori 100%
italiani DOP

Fior d'Agerola
Azienda Casearia



**PIATTI PRONTI
DA ASPORTO**



**SELEZIONE
DI CARNI**



ROSTICCERIA



BUFFET PER FESTE



**Consegne a Domicilio
espresso**



segui su



Via Cavone, 27 - **Piano di Sorrento (Na)**
Tel. 081 534 10 54 - 081 878 60 28 - 081 808 68 25

Vico Mortora, 81 - **Piano di Sorrento (Na)**
Tel. 081 808 76 96

Premota anche su whatsapp  Cell. 331 41 14 799

Vetrina Annunci

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

te in ospedale e giorni festivi. Zona C/Mare a Sorrento
Tel: 3664917426

Cercasi cameriere ristorante Caffè Positano

"Caffè Positano ristorante", cerca cameriere per la nuova stagione lavorativa.

Tel: 335 5361008

Ragazza cerca lavoro

Buonasera cerco lavoro come baby sitter collaboratrice domestica massima serietà ed esperienza per info contattatemi grazie sia part che full time

Prezzo: 5,00 €

Tel: 3382452021

Cerco lavoro

Cerco lavoro come badante giorni festivi, massima serietà.

Tel: 3664917426



ELETRONICA

Stampante

Vendo stampante hp 2540

Prezzo: 25,00 €

Tel: 3384988774

Giradischi Sony + Collezione Vinili
Giradischi + Amplificatore + 2 cassette, tutto marca Sony, + lettore CD/DVD + collezione 100 Vinili di musica classica in perfette condizioni + vari vinili 33 e 45 giri. vendo tutto a 200 euro. Tutto visionabile a Meta senza impegno.

Prezzo: 200,00 €

Tel: 3495838213

★ VARIE

Vendo bracciale

Vendo, causa inutilizzo, bracciale acciaio uomo, ottimo regalo.

Prezzo: 5,00 €

Tel: 3398783084

Vendesi monopattino elettrico

Vendesi monopattino elettrico pieghevole nuovo con sellino. Prezzo trattabile

Prezzo: 70,00 €

Tel: 3895827587

CARCIOFO BIANCO di Pertosa fresco

Carciofo Bianco di Pertosa fresco vendesi. Coltivato in modo natu-

rale senza l'uso di pesticidi per ottenere un prodotto d'eccellenza. Questa antica varietà di carciofo è la preferita dagli Chef per il suo gusto dolce e delicato oltre che per la tenerezza. E' una varietà grande e senza spine, verde tenue all'interno tende verso il bianco argenteo. Guardate su internet (Youtube) i filmati e le autorevoli descrizioni su questa straordinaria varietà di carciofo e vi rendete conto di ciò che affermo. Volendo posso consegnarlo anche a domicilio. Per gli appassionati dell'orto fai da te fornisco anche le piantine di questa specifica varietà di carciofo.

Tel: 3271056152

Vendo macchina per il pane

Vendo splendida macchina per il pane Girmy, usata pochissimo. Vendo causa inutilizzo per mancanza di tempo. Prezzo interessante.

Tel. 3478366479

LEGGIMIGratis.it

anno 16 - numero 1

In Copertina: **Carolina Staiano**

Foto a cura di: **Mariano Russo**

Location: **Auto One - Sorrento**

Parrucco: **Effe Style di Fortunata Staiano Piano di Sorrento**

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

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 Leggimigratis è assolutamente volontaria e gratuita. Per motivi organizzativi, tutto il materiale ricevuto non verrà restituito e rientrerà a far parte dell'archivio della redazione. La scelta di pubblicare o meno il materiale inviato resta ad insindacabile giudizio nell'editore, il quale si riserva di 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 null'altro a pretendere. Inoltre i servizi web sono a titolo sperimentale e pertanto possono subire variazioni, sospensioni e modifiche senza che la redazione possa essere considerata responsabile.

LA FINE DEL MONDO

LA FINE DEL MONDO - HO LASCIATO LE CHIAVI
GENERALE - UN ADOLESCENTE - AUTUNNO (feat. Bowland)
COSTELLAZIONI DI KEBAB

ANASTASIO

SCOPRI IL
NUOVO CD



nando fruscio
S T O R E

Scopri tutti i prodotti in vendita e le promozioni su www.djnandofrusciostore.it

Via Casa Rosa 21/23 - Piano di Sorrento (Na) Tel. 0818787499

info@djnandofrusciostore.it

 DjNando FruscioStore