

VIAGGI

Corsica, alla scoperta dell'isola di Napoleone

Viaggio alla scoperta della Corsica, la quarta isola del Mediterraneo dopo Sardegna, Sicilia e Cipro. Una terra apprezzata fin dall'epoca degli antichi greci che avevano deciso di identificare questi luoghi con una denominazione veramente significativa: Kallistè, ossia Bella.

Lunga 183 km, larga 83 km e alta fino a 2706 metri, la Corsica è infatti un vero e proprio paradiso dal patrimonio naturale perfettamente preservato. Lo stretto tratto di mare delle Bocche di Bonifacio la separano dalla Sardegna. Il sud della Corsica di fatto assomiglia molto alla nostra Sardegna, nella conformazione delle spiagge e nella natura.

La catena montuosa che la forma è la stessa infatti che dalla Sardegna continua verso nord, in-



bissandosi nel profondo del Mar Ligure a 170 km dalle coste della Liguria. L'isola che ha dato i na-

tali a Napoleone è grande più o meno quanto l'Umbria.

A PAGINA 2



Diabete, avanti con screening e visite gratis

A PAGINA 4



Ticket mensa, col digitale inizia l'era 4.0

A PAGINA 20

SOCIALE

FINISCE LA SCUOLA: E ADESSO IL BIMBO DOVE LO LASCIO?

La fine della scuola non coincide con l'inizio delle ferie per i genitori. Per le famiglie inizia dunque l'interrogativo: dove lasciare i bambini se non si hanno i nonni a fare da babysitter, come soluzione a basso costo e rete familiare che permette ai più piccoli di godere di un mese extra al mare, in montagna o nella casa di campagna. Ci sono i centri estivi, certo. Ma non sono per tutti: quelli comunali sono pochi, quelli privati hanno costi non sempre accessibili.

A PAGINA 5

CULTURA E AFFARI

CAPPELLA SANSEVERO TRA LE 50 MIGLIORI IMPRESE CAMPANE

"Nel 1996 i comproprietari del complesso monumentale decisero di costituire una Srl, con l'auspicio che anche la cultura potesse generare profitti e lavoro e nella convinzione che ogni attività con ambizione di fare impresa dovesse avere la forma giuridica adeguata prevista dall'ordinamento", così il presidente del Museo Fabrizio Masucci spiega i risultati in continua crescita del Museo Cappella Sansevero, gioiello artistico e culturale famoso in tutto il mondo.

A PAGINA 8

AMBIENTE

CELLULARI E NON SOLO: ECCO TUTTE LE NOVITA' DAL MONDO DI GOOGLE

L'Italia, produce ogni anno oltre 4720 miliardi di bottiglie di acqua minerale in PET e ne rilascia oltre 132.000 tonnellate nelle acque costiere: sono dati allarmanti quelli che giungono dalla Convention "FONDAMENTALI - Fondali del Regno di Nettuno" organizzata dall'Area Marina Protetta di Ischia "Regno di Nettuno" e svoltasi sull'isola d'Ischia, a Lacco Ameno, che ha visto la partecipazione di esperti provenienti da tutta Italia.

A PAGINA 15



VIAGGI - SPECIALE CORSICA

Gli antichi greci la chiamavano l'isola "Bella"

La Corsica è la quarta isola del Mediterraneo dopo Sardegna, Sicilia e Cipro. È lunga 183 km, larga 83 km e alta fino a 2706 metri, ed è un vero e proprio paradiso dal patrimonio naturale perfettamente preservato. Lo stretto tratto di mare delle Bocche di Bonifacio la separano dalla Sardegna. Il sud della Corsica di fatto assomiglia molto alla nostra Sardegna, nella conformazione delle spiagge e nella natura.

La catena montuosa che la forma è la stessa infatti che dalla Sardegna continua verso nord, inabissandosi nel profondo del Mar Ligure a 170 km dalle coste della Liguria. Gli abitanti della Corsica hanno una densità bassissima, appena 35 abitanti per km quadrato. In estate la quantità duplica, ma è ancora poca cosa se si considera l'estensione della Corsica che è grande più o meno quanto l'Umbria.

Insomma, anche ad agosto non avrete problemi a trovare calette deserte, spiagge ampie vuote e un fantastico mare sgombero da frastuono e calca delle estati sul Mediterraneo.

Particolarmente amato dagli appassionati di divertimenti all'aria aperta, questo territorio incontaminato vi invita a scoprire i suoi deliziosi villaggi arroccati sui fianchi delle montagne, le piccole baie selvagge, le riserve

naturali ricche di flora e fauna, le spiagge dorate dall'acqua cristallina e ideali per rilassarsi, i coloratissimi fondali marini, i laghi in altitudine e i magnifici sentieri escursionistici, come il famoso GR20 che attraversa la Corsica da nord a sud. Oltre ad un clima assolutamente

La gastronomia locale contribuisce molto ad attirare i turisti, sia per il formaggio, i salumi e per le specialità a base di castagne. Formaggio brocciu, coppa, figatelli, ma anche polenta e fiadone, renderanno felici i buongustai che visitano la Corsica alla ricerca di sapori auten-

Alla scoperta di "Kalliste": così era definita ai tempi di Socrate e Platone. Un territorio tutto da esplorare con panorami unici e spiagge da sogno

perfetto, gli altri punti di forza di quest'isola incantata sono le stazioni balneari, i rilievi di montagna e i bei panorami.

Anche le città della Corsica partecipano alla fama di questa regione, e non potrete trascorrere un soggiorno in questa regione magnifica senza fare un tour di Ajaccio, Bastia, Calvi, Corte, Porto-Vecchio o Sartène!

tici.

Un terzo del territorio della Corsica è protetto da un parco naturale e la maggior parte dei suoi 1200 km di costa è completamente selvaggia. Preparatevi ad esplorare territori incontaminati ed a fare il bagno in calette e spiagge ad uso praticamente privato.

Una curiosità su tutte la dice

lunga sulla realtà di questo paradiso ancora per lo più selvaggio: il deserto di Agriate si chiama deserto, ma non è un deserto; la sua enorme area è coperta di macchia mediterranea ed è totalmente disabitata. Il governo francese l'aveva inserita tra le possibili scelte per gli esperimenti nucleari (in seguito destinati all'isola di Murro) proprio per questa sua caratteristica di assoluta mancanza di antropizzazione. Sui 1200 km di costa corsa solo 300 sono formati da spiagge di sabbia che si trovano soprattutto nella parte orientale dell'isola.

La costa sud è quella che vanta le spiagge più belle, ampie e bianche, come la spiaggia della Palombaggia e quella della Rondinara. Le calette intorno a Propriano sono tra le più belle insieme a quelle del Golfo di Ajaccio. Non lontano da Bonifacio, c'è la spiaggia di Roccapina. È una spiaggetta di sabbia bianca stretta tra le pareti rocciose. Raggiunta a piedi la Torre di Roccapina, che dà il nome alla spiaggia, si può scendere sul versante opposto per godersi la spiaggia d'Erbaju, bella, poco frequentata e completamente selvaggia.

Visitate le Calanche di Piane e la riserva della Scandola. La spiaggia di Ostriconi, nella Corsica del Nord, è una delle più belle dell'isola.

VIAGGI - SPECIALE CORSICA

Le dieci meraviglie da non perdere

Dalla città di Napoleone alle insenature scavate dall'acqua nella roccia viaggio tra storia e natura

La Corsica ha alcuni dei paesaggi più belli dell'Europa. Qui di seguito abbiamo provato a selezionarne 10 imperdibili.

1 - BASTIA

È l'unica vera città della Corsica quanto a dimensioni. Assicuratevi di visitarne il vecchio porto di pescatori. Tappa obbligata per i suoi formaggi e salumi tradizionali.

2 - GOLE DELLA RESTONICA

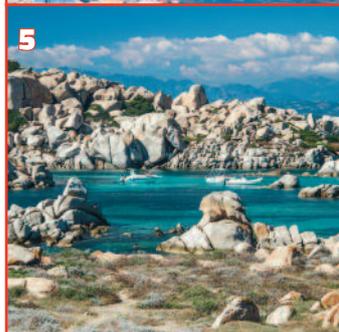
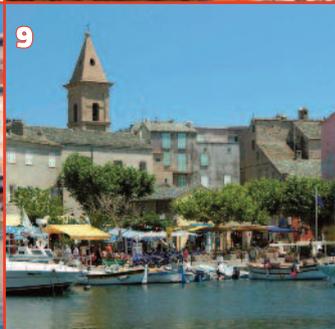
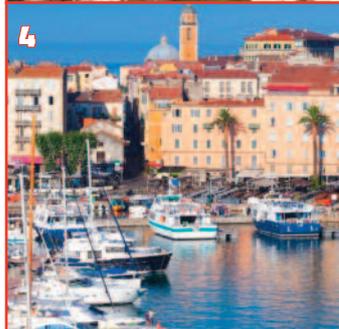
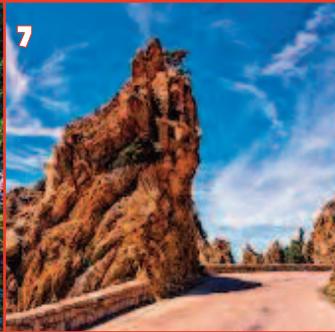
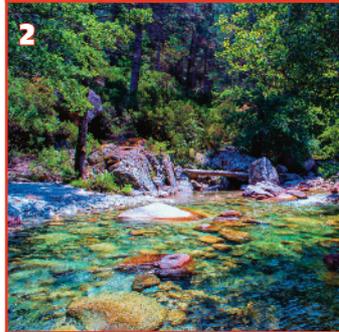
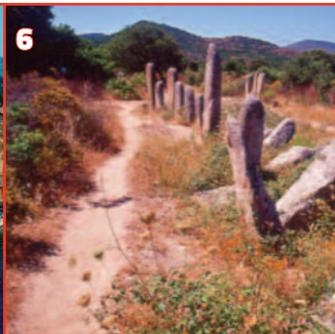
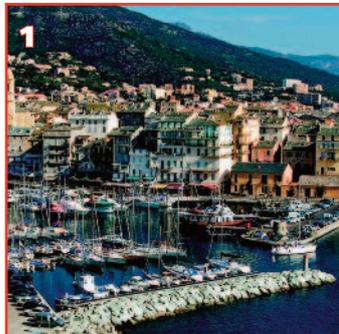
Poco lontano da Corte, il torrente Restonica ha scavato delle gole profonde circondate da pini e castagni che creano una delle zone più verde intenso della Corsica. Lungo il fiume ci sono piscinette e cascate dove rinfrescarsi in estate. Altro fiume meraviglioso della Corsica è il fiume Travu, che forma bellissime cascate.

3 - SCOGLIERE DI BONIFACIO

In un itinerario che da Corte porta a Bonifacio si passa per alcune delle spiagge più belle della Corsica (Punta Chiappa, Palombaggia, Spiaggia di Santa Giulia, Baia Rondinara). Le scogliere di Bonifacio formano fiordi nella roccia friabile scavata dal mare. Quello che sorprende di più però è il paese, arroccato su quel balcone di roccia erosa a picco sul mare. La vista migliore sulle scogliere di Bonifacio è quella da Capo Pertusato. Percorrete la scalinata du roi d'Aragon, un percorso incredibile scavato nella roccia calcarea a picco sul mare.

4 - AJACCIO

È la città natale di Napoleone e uno dei posti più interessanti della Corsica dal punto di vista storico ed artistico. Il golfo sembra un fiordo stretto e lungo. All'estremità di questa lingua di mare ci sono le case colorate di Ajaccio. Visitate la casa museo di Napoleone Bonaparte e l'Hotel de Ville che conserva alcune testimonianze del passaggio del futuro imperatore. Nei dintorni della città raggiungete la Torre di Capo Maru dalla cui sommità il panorama sul golfo di Ajaccio è magnifico.



5 - LAVEZZI

A metà strada tra le Bocche di Bonifacio e l'Arcipelago di La Maddalena si trova la meravigliosa Lavezzi, un paradiso marino di scogli emersi, acqua turchese e calette rigorosamente bianche, dove è possibile attraccare con le gite in traghetto in partenza da Bonifacio.

6 - STRADA BONIFACIO - PROPRIANO

La strada che da Bonifacio porta a Propriano è un lento susseguirsi di curve che a ogni svolta regala uno scorcio nuovo ed incantevole. Si passa per i menhir di Palaggiu, Renaggiu e Fontanaccia. Tappa obbligatoria alla spiaggia di Tizzano.

7 - CALANCHI DI PIANA

Sono forse la zona più incredibile della Corsica. La roccia lavorata dagli agenti atmosferici nelle forme più assurde ed aguzze ha un caratteristico colore rosso che si tinge con diverse tonalità a seconda dell'ora del giorno in cui la si guarda.

8 - CALVI

Sulla costa nord, è sicuramente uno dei paesi più belli e suggestivi della Corsica. In realtà sono belle anche le spiagge sebbene offuscate dalla bellezza del paese. Prima di arrivare a Calvi provenendo da sud visitate il paese fantasma di Occi, Isola Rossa, il deserto di Agriate e la spiaggia della Saleccia.

9 - SAINT FLORENT

È un paese di mare, affacciato sul golfo omonimo e colorato con case basse e chiare e un centro storico di cui è difficile non innamorarsi.

10 - CAPO CORSO

Cape Corse in francese, è una penisola stretta e lunga che è uno dei posti più selvaggi dell'isola. Una strada panoramica e bellissima percorre la costa della penisola passando per Nonza e la sua spiaggia nera, Port De Centuri, la punta estrema del capo ed il paesino di Erbalunga, a due passi da Bastia.

corsica ferries



CONVENZIONE 2019 CON CRAL REGIONE CAMPANIA

Per utilizzare la convenzione è necessario usare il Codice Identificativo (9 numeri) del Cral che si può richiedere alla segreteria del Cral

Tutti gli iscritti, possono visitare il sito <https://www.corsica-ferries.it/corsica-club/#/creare-un-conto/>, in modo da poter creare un codice cliente Corsica Club personale, che essi potranno associare, al momento della registrazione, al Codice Identificativo (inserendo il codice identificativo del Cral nel campo "Network Partner").

I vantaggi:

- **Esenzione dal pagamento dei diritti di prenotazione** (10 € per prenotazioni telefoniche/ 8 € per prenotazioni via Web)
- **Sconto automatico immediato dell'8 % su tutte le prestazioni** (tasse e diritti esclusi), su tutte le partenze e su tutte le linee
- **Offerte Tariffarie speciali a voi riservate** (prenotabili telefonicamente o via web sul sito www.corsica-ferries.it)
- **Accesso prioritario alle offerte promozionali** (sarete informati alla vigilia delle grandi campagne)
- **Adesione al programma di fidelizzazione Corsica Club**, che permette di accumulare dei punti convertibili in sconti su viaggi successivi.

La convenzione è valida su tutti i viaggi di linea effettuati dalla Compagnia sulle linee per Corsica, Elba e Sardegna (ad esclusione della tratta Santa Teresa- Bonifacio e vv.), per tutto il 2019.

Lo sconto non è cumulabile con altre eventuali promozioni in corso.

La centrale prenotazioni è a disposizione per tutte le informazioni e/o prenotazioni al numero 02-38591989



www.corsicaferries.com - www.sardiniaferries.com e nelle agenzie di viaggi

SOCIALE

E adesso il bambino dove lo lascio?

Finisce la scuola ma gli impegni lavorativi permangono. Ci sono i centri estivi... un lusso per pochi

La fine della scuola non coincide con l'inizio delle ferie per i genitori. Per le famiglie inizia dunque l'interrogativo: dove lasciare i bambini se non si hanno i nonni a fare da babysitter, come soluzione a basso costo e rete familiare che permette ai più piccoli di godere di un mese extra al mare, in montagna o nella casa di campagna.

Ci sono i centri estivi, certo. Ma non sono per tutti: quelli comunali sono pochi, quelli privati hanno costi non sempre accessibili. In media, 170 euro a settimana. Tre famiglie su quattro non possono sostenere questa spesa.

Solo il 25% può mandare i bambini in un centro estivo. Ancora una volta, sulle famiglie si abbattano dei costi non indifferenti, specialmente per lungo periodo. E il periodo che va dalla fine delle scuole alle ferie estive della famiglia spesso è lungo un paio di mesi.

Secondo un'indagine dell'Adoc, diffusa oggi, una famiglia deve spendere in media 170 euro a settimana per mandare il proprio figlio in un centro estivo privato, per tutta la giornata. Per mezza giornata, pasto escluso, il prezzo scende di circa il 40%, attestandosi a 105 euro a settimana a bambino. Al giorno, si paga in media 35 euro per il tempo pieno e 20 per metà giornata. Se si sceglie il tempo pieno mensile, la spesa media di un centro estivo privato è di 650 euro per bambino, se mezza giornata si spende meno della metà, circa 300 euro. Di solito ci sono sconti, anche superiori al 25%, se si mandano due o più figli presso lo stesso centro estivo o se si prenota anticipatamente.

Per risparmiare ci si può rivolgere ai centri comunali, dove il costo medio settimanale è di 60 euro a bambino, variabile in base all'Ispe familiare e al Comune, con tariffe in media più alte del 30% per i non residenti. Ma l'offerta di spazi comunali è spesso limitata dunque difficile da praticare per le famiglie.

"Secondo una nostra stima solo il 25% delle famiglie potrà per-



Otto utili consigli per scegliere la migliore struttura

- Scegliere il contesto ambientale più gradito e più adatto al bambino, mare, campagna, montagna oppure città magari in presenza di amici o compagni di scuola, per agevolare l'inserimento.
- Va scelto il centro con le attività che sono di reale gradimento del minore. Dallo sport all'insegnamento delle lingue, dall'informatica ai percorsi naturali, etc. Assicuratevi che, per età diverse, siano previste attività diverse. Andare a parlare di persona con i responsabili e gli educatori della struttura.
- Vedete il campo con i vostri occhi, assicurandovi che le attività offerte possano effettivamente realizzarsi o meno. Controllate lo stato della struttura e delle attrezzature. È fondamentale che il centro estivo abbia un buon "curriculum" di anni di attività alle spalle e non sia stato aperto "per l'occasione".
- Chiedere in anticipo se è previsto e come funziona il servizio mensa in merito alle caratteristiche e agli ingredienti del menu (in particolare in presenza di bambini allergici o celiaci), se ci sono eventuali extra da pagare, ad esempio merenda, bibite e lavaggio biancheria, e se nel prezzo sono comprese tutte le attività offerte o se per alcune è previsto un sovrapprezzo
- Gli spazi devono essere adeguati ai servizi offerti dal centro estivo, per questo è meglio chiedere del rapporto numerico educatori/bambini: al massimo un educatore ogni dieci ragazzi, l'ideale sarebbe uno ogni cinque o sei.
- Verificate le qualifiche degli educatori: ad esempio se è prevista la piscina o attività al mare gli operatori devono avere il diploma di bagnino/assistente bagnante. Se ci sono piscine gonfiabili, accertarsi della qualità e del ricambio dell'acqua utilizzata. Chiedete se hanno fatto almeno una volta il corso di primo soccorso e di disostruzione e lasciate uno o più numeri per le emergenze.
- Verificate se il servizio offre più orari per l'entrata e l'uscita dei bambini, se c'è la possibilità di fare solo mezza giornata con o senza pranzo, se è possibile fare anche solo un'iscrizione giornaliera o bisettimanale.
- Dal punto di vista economico, le tariffe sono più convenienti se si prenotano più settimane e se sono presenti fratelli o sorelle (sono previsti sconti intorno al 10-20% in questo caso).

mettersi di mandare, almeno per una settimana, i propri figli in un centro estivo, quasi sempre privato in quanto le soluzioni comunali continuano a scarseggiare di posti a disposizione - denuncia il presidente Adoc Roberto Tascini - Non è una scelta a buon mercato, in quanto il costo medio di

un campus estivo privato si attesta sui 170 euro a settimana e cioè per i due mesi che separano la chiusura delle scuole dalle vacanze la spesa sarebbe di 1300 euro, pari ad un intero stipendio. Nonostante l'offerta sia cresciuta, i centri estivi sono ancora una soluzione a portata di ben poche

famiglie. Per questo vogliamo rendere detraibili, alla pari delle spese per l'istruzione scolastica, i costi sostenuti per questa attività, prevedere standard qualitativi minimi e un'offerta pubblica che copra tutta Italia e tutto il periodo estivo, compresi i mesi di agosto e settembre".



Via Palinuro, 2 - 84066 Caprioli di Pisciotta - Palinuro (SA)
Telefono: 0974 976079 - 0974 976351 - 02 33403695
Fax: 0974 976315 - Whatsapp: 3939245113
www.baiadelsilenzio.it - info@baiadelsilenzio.it

Il Resort Baia del Silenzio, è un piccolo gioiello tra i Villaggi a Palinuro, incastonato nel Parco Nazionale del Cilento: mimetizzato nella rigogliosa vegetazione, si affaccia direttamente sul mare.

Frutto dell'amore per la natura dei suoi ideatori, il villaggio invita a vivere la vacanza all'aria aperta. Sia quando ci si ferma sul patio a godersi il panorama. Sia quando si scende in spiaggia per un idromassaggio a un passo dal mare.

Ovunque puoi goderti i colori e i profumi della natura, in ogni sua sfaccettatura: mentre passeggi tra i viali del Resort, oppure quando rivolgi il tuo sguardo verso il mare dalle acque calde, brillanti e trasparenti. Non meravigliarti: ti trovi in uno degli angoli più belli del Cilento, autentico Patrimonio dell'Umanità.

Tutto è in armonia con la natura: le nostre dimore sono state costruite nel pieno rispetto dell'ambiente. Anche le ristrutturazioni seguono la filosofia eco del nostro villaggio.

Vieni a trovarci. Ti offriamo tutto ciò che desideri per la tua vacanza in famiglia a Palinuro: dal relax nella piscina con vista panoramica al benessere proposto dal team olistico, dalle attività sportive agli spettacoli per divertirti in compagnia.

**PER GLI ASSOCIATI SCONTO DEL 10% SULLE TARIFFE
PRIMA PRENOTI PIÙ RISPARMI**



CULTURA E AFFARI

Il tesoro della Cappella Sansevero

Il periodico nazionale *Industria Felix Magazine* ha inserito il Museo tra le 50 migliori imprese campane

“Nel 1996 i comproprietari del complesso monumentale decisero di costituire una Srl, con l’auspicio che anche la cultura potesse generare profitti e lavoro e nella convinzione che ogni attività con ambizione di fare impresa dovesse avere la forma giuridica adeguata prevista dall’ordinamento”, così il presidente del Museo Fabrizio Masucci



Statue di impareggiabile bellezza come il Cristo Velato, Disinganno e Pudicizia hanno reso la Cappella uno dei siti più visitati

spiega i risultati in continua crescita del Museo Cappella Sansevero, gioiello artistico e culturale famoso in tutto il mondo.

Ed ecco perché il periodico nazionale *Industria Felix Magazine* ha inserito il Museo Cappella Sansevero tra le 50 migliori imprese campane attive in ogni campo e

settore di attività.

Unica azienda operante premiata nel settore cultura il Museo ha quindi ricevuto il Premio Industria Felix 2019, realizzato con il co finanziamento di Regione Campania / Fondo per lo Sviluppo e la Coesione, e con la collaborazione della LUISS, del CERVED, dell’Associazione Culturale Industria Felix, i patrocini di Confindustria, Ansa e le partnership di Banca Mediolanum, Lidl Italia e M.Car.

Alla cerimonia di premiazione erano presenti il Presidente della Giunta Regionale Vincenzo De Luca, l’Assessore alle Attività Pro-

duttive e alla Ricerca Scientifica Antonio Marchiello, il Presidente di Confindustria Campania e Unione Industriali Napoli Vito Grassi e le altre aziende premiate come ad esempio Sirio srl per la ristorazione, Feudi di San Gregorio per il settore vitivinicolo, Chimpex industriale per il settore chimica e farmaceutica, Acca Software per i servizi innovativi, Comet Sud per il settore costruzioni, Santa Caterina per il settore turismo.

“Dedichiamo questo premio al nostro personale, che si impegna ogni giorno a mantenere alta la qualità dell’esperienza di visita

alla Cappella – sottolinea Masucci – e siamo felici di poter dire che le unità del nostro personale sono cresciute di pari passo con il fatturato, fino ad arrivare alle venti attuali: l’algoritmo che ha selezionato le aziende da premiare, infatti, ha tenuto conto tra gli altri fattori anche della stabilità e dell’aumento del numero dei dipendenti”.

Un esempio per molte altre giovani realtà nella speranza che ne traggano slancio per innovare e essere nuova linfa per un migliore futuro economico e sociale del nostro territorio.

Rita Felerico

GLI APPUNTAMENTI - Ecco tre proposte per vedere da vicino i capolavori del Museo

Per la primavera 2019, il Museo Cappella Sansevero propone uno speciale calendario di visite tematiche su prenotazione, offrendo ai visitatori la possibilità di godere degli ambienti museali in esclusiva e durante l’orario serale. Le proposte di visita sono tre, tutte diverse tra loro per contenuti e modalità di svolgimento, e sono state concepite per andare incontro agli interessi di un pubblico sempre più numeroso ed eterogeneo.

Queste le prossime date:

• **Venerdì 24 maggio ore 20.00**

Simboli e segreti della Cappella Sansevero: percorso esoterico di e con Martin Rua;

• **Venerdì 7 giugno ore 20.00**

Il testamento di pietra: visita guidata teatralizzata a cura dell’Ass. Cult. NarteA;

• **Venerdì 14 giugno ore 20.00**

Raimondo di sangro: una vita all’opera visita guidata con Fabrizio Masucci, direttore del Museo Cappella Sansevero.

Il costo del biglietto è di € 18,00 + € 2,00 diritti di prenotazione. Per partecipare è necessaria la prenotazione sulla piattaforma online dedicata, cui si accede cliccando su “Procedi all’acquisto”. La disponibilità dei posti è limitata. Il biglietto non è in nessun caso valido per una data differente da quella prescelta. L’ingresso al Museo e la partecipazione alla visita non saranno garantiti in caso di ritardo superiore a 10 minuti rispetto all’orario di inizio previsto e indicato sul biglietto. Il pagamento degli acquisti online viene effettuato tramite i circuiti di carta di credito Visa e Mastercard. Una volta perfezionata la transa-



zione online, non è possibile annullare o modificare la prenotazione in alcun modo. I biglietti acquistati online e i costi di prenotazione non sono rimborsabili (Art. 59, lett. n) del D. Lgs. 206/2005, cosiddetto “Codice del Consumo”). Il biglietto costituisce a tutti gli effetti titolo di accesso valido e andrà esibito direttamente all’ingresso della Cappella Sansevero. Ricordiamo che nel Museo Cappella Sansevero è vietato: toccare le opere d’arte, fotografare, effettuare videoregistrazioni, usare il telefono cellulare o altri dispositivi mobili, introdurre animali.

IDEE REGALO YVES ROCHER

Bagno Doccia Fiore di Tiarèó-Ylang-Ylang 200 ml

Latte Corpo Cocco 200 ml

Crema Mani Cocco 30 ml

Sapone Sensuale 80 g

Salvietta Viso

Box

Cod. Y4493



Disponibili

nella sede di Santa Lucia

previa prenotazione

fino ad esaurimento scorte

(10 cofanetti Cocco, 10 vaniglia, 10 oliva)

**PER CRAL
REGIONE CAMPANIA**

Adriana Annella

CONSIGLIERA DI BELLEZZA

adryann@libero.it - 328/6292956

BASILICA DELLA PIETRASANTA

CHAGALL

SOGNO D'AMORE



**PROMO
SOCI CRAL**

I SOCI CRAL REGIONE CAMPANIA,
PRESENTANDO LA TESSERA
ALLA BIGLIETTERIA DELLA MOSTRA,
HANNO DIRITTO ALL'ACQUISTO
DEL BIGLIETTO RIDOTTO

€ 13 CON AUDIOGUIDA
(ANZICHÉ € 15)

€ 12 SENZA AUDIOGUIDA
(ANZICHÉ € 14)

15 FEBBRAIO - 30 GIUGNO 2019

BASILICA DELLA PIETRASANTA - LAPIS MUSEUM

NAPOLI, PIAZZETTA PIETRASANTA 17-18 (ANGOLO VIA DEI TRIBUNALI)

INFOLINE 081 186 5941 - WWW.CHAGALLNAPOLI.IT

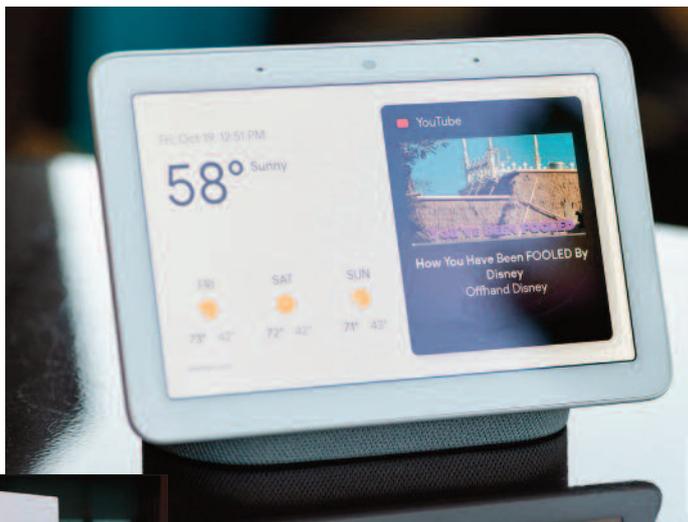
TECNOLOGIA

Cellulari ma non solo: tante novità da Google

Pixel 3A è lo smartphone economico di Google disponibile in versione standard (da 5,6 pollici) e in quella XL (da 6 pollici). Batteria: 30 ore con una singola ricarica e 7 ore con una ricarica rapida da 15 minuti. Memoria RAM (4GB) e spazio di archiviazione (64GB). Fotocamera: quella principale è da 12 MP e quella frontale da 8 MP. La qualità non sta tanto nell'hardware quanto nei correttivi dell'intelligenza artificiale: il test è stato impressionante, in una manciata di secondi, ha scritto un messaggio, fatto un preventivo di viaggio su Lyft, selezionato una foto e spedito l'immagine. Secondo Big G, il nuovo assistente digitale è 10 volte più veloce ed è stato "compreso", occupando così meno spazio sul telefono nonostante prestazioni superiori.



Nest Hub Max, il nuovo smart speaker con display. "Nest" è il marchio che Google ha comprato nel 2014 per 3,2 miliardi di dollari, adesso diventa l'etichetta di tutti i dispositivi rivolti alla smart home. Nest Hub Max ha nuove funzioni e un display più grande, da 10 pollici. Oltre alla voce, il dispositivo risponde anche ad alcuni gesti: basterà alzare la mano e rivolgersi verso lo schermo per fermare la musica. Hub Max si propone anche come dispositivo per la casa quando l'utente è altrove. Sul nuovo smart speaker ci sarà Voice Match (che permette di riconoscere la voce del singolo utente per offrirgli un'esperienza personalizzata) ma anche Face Match: stesso obiettivo (calendario, pro-



memoria e contenuti personalizzati) ma attraverso i riconoscimento del volto.

Google, le ricerche si fanno in realtà aumentata: quando si cercheranno

informazioni o termini, sarà disponibile l'opzione "Copertura completa". È una possibilità già presente su Google News: raccoglie gli articoli in primo piano, i video su quella notizia e la cronologia degli aggiornamenti. Tra i risultati ci saranno anche i podcast e le animazioni in 3D. L'utente sta cercando informazioni sull'apparato scheletrico? Google metterà a disposizione uno scheletro in tre dimensioni, che grazie alla realtà aumentata può essere "posizionato" sulla propria scrivania. Se cerco le scarpe di una marca, avrò a disposizione un'animazione tridimensionale per osservarle da ogni angolazione e - puntando il telefono - vedere come potrebbero calzare ai miei piedi.

L'AI per far parlare chi non può farlo: il progetto Euphonia

è una di quelle applicazioni "buone" dell'intelligenza artificiale. Dietro il riconoscimento vocale c'è una tecnologia estremamente complessa: un software deve conoscere il significato delle parole, capire modi di dire, comprendere i suoni in lingue e accenti diversi. Il progetto Euphonia prova a fare la stessa cosa, provando però a "tradurre" piccoli cenni, versi, pronunce distorte. Sarebbe un aiuto per chi ha subito un ictus, malati di Sla, sclerosi multipla o Parkinson. Dimitri Kanevsky, un ricercatore nato in Russia, ha imparato l'inglese dopo essere diventato sordo da bambino. Il suo lessico è impeccabile, la sua pronuncia difficoltosa. Google ha sviluppato un sistema di trascrizione in tempo reale personalizzato. L'intelligenza artificiale conosce la "lingua" di Dimitri e la trasferisce sul display di uno smartphone in inglese corretto. Steve Saling è affetto da Sla e non riesce più a parlare. Euphonia ha tradotto minimi cenni del volto in risposte verbali e suoni (sì, no, esultanza o disappunto) che rendono più immediate le reazioni rispetto alla tastiera che "clicca" con gli occhi. In altri casi di Sla, i ricercatori hanno tradotto dei mugolii in comandi per accedere e spegnere la luce o attivare dispositivi.

SMARTPHONE, MULTITASKING PIÙ SEMPLICE: C'È ANDROID Q

Il nuovo sistema operativo Android Q è la decima versione del sistema operativo, attivo su 2,5 miliardi di dispositivi. Oltre a guardare al 5G, è progettato per supportare il potenziale dei dispositivi pieghevoli: renderà più semplice il multitasking (cioè il lavoro con più app aperte) e permetterà di giocare o scrivere "in continuità" se il dispositivo (come il Galaxy Fold) ha due schermi. In sostanza, se l'utente ha un'app aperta sul display esterno, non ci sarà alcuna interruzione quando deciderà di piegare lo smartphone per passare a quello interno.



Android Q avrà una modalità "Dark" e una "Focus": se attivata consente di disabilitare le applicazioni che distraggono. Stai studiando e vuoi evitare Instagram e Facebook ma mantenere attivo Whatsapp? Bastano un paio di mosse, senza silenziare le app una per una né bloccarle tutte. Aumentano le opzioni per i genitori che vogliono imporre vincoli ai figli: su Android Q si potrà impostare un tempo limite per ogni applicazione.

Cessione del quinto dello stipendio E delega di pagamento riservata ai SOCI CRAL REGIONE CAMPANIA con età in uscita **55 anni e 6 mesi** e anzianità di servizio di anni 35 alla scadenza del finanziamento

Netto erogato al cliente : € 30.178,74

€ 303,00 PER 120 RATE MENSILI

TAN FISSO 2,87 %

TAEF 3,89%

Importo totale dovuto dal consumatore € 36360,00

Importo finanziato € 31.566,66. Il TAEF del 3,89% è comprensivo dei seguenti costi: interessi pari a € 4.793,34; € 909,00 per spese di istruttoria; commissioni di intermediazione € 400,00; € 78,92 per imposta sostitutiva.

MESSAGGIO PUBBLICITARIO CON FINALITA' PROMOZIONALE - Per ulteriori informazioni si rinvia al documento "Informazioni Europee di Base sul Credito ai consumatori" che la Banca di Credito Popolare Scpa attraverso le Filiali o gli Agenti in attività finanziaria, per l'offerta fuori sede, consegna in forma personalizzata gratuitamente al cliente; è necessario che quest'ultimo legga e sottoscriva il documento prima della sottoscrizione del contratto. Per le componenti di natura assicurativa (vita ed impiego), obbligatorie per legge ai sensi dell'articolo 54 del D.P.R. 180/1950, si rinvia agli strumenti di trasparenza previsti dalla normativa di settore che le Filiali e gli Agenti in attività finanziaria, per l'offerta fuori sede, consegnano al cliente e che il cliente deve leggere e sottoscrivere prima della sottoscrizione della polizza. I costi assicurativi sono a carico della Banca. La richiesta di finanziamento è soggetta a valutazione del merito creditizio da parte della Banca. L'importo erogato al cliente di cui agli esempi sopra indicati si intende al netto di tutte le spese e i costi trattenuti dalla banca al momento della liquidazione. Detti esempi fanno riferimento a finanziamenti con cessione del quinto dello stipendio rivolti ad un dipendente della DIFESA con età anagrafica a scadenza del piano di ammortamento di 55 anni e 6 mesi ed anzianità di servizio di 35 anni. Le condizioni riportate negli esempi indicati possono variare in funzione dell'età del cliente, dell'anzianità di servizio, della natura giuridica del suo datore di lavoro, dell'importo richiesto, della durata del finanziamento e, per i dipendenti privati, del TFR disponibile.

. **Offerta valida fino a revoca.**

Per Informazioni rivolgeti a:

MARIA ROSARIA DAVIDE

Agente in attività finanziaria per la promozione e il collocamento in esclusiva per

Banca di Credito Popolare Scpa www.bcp.it

n. iscrizione OAM A3739

n.tel: **328/3394924**

mail: **AAF_MARIAROSARIADAVIDE@bcp.it**



Gruppo Bancario
Banca di Credito Popolare



Cessione del quinto dello stipendio E delega di pagamento riservata ai SOCI CRAL REGIONE CAMPANIA con età in uscita **65 anni e 6 mesi** e anzianità di servizio di anni 35 alla scadenza del finanziamento

Netto erogato al cliente : € 30.207,60

€ 311,00 PER 120 RATE MENSILI

TAN FISSO 3,28 %

TAEF 4,44%

Importo totale dovuto dal consumatore € 37.320,00

Importo finanziato € 31.779,85. Il TAEG del 4,44% è comprensivo dei seguenti costi: interessi pari a € 5.540,15; € 933,00 per spese di istruttoria; commissioni di intermediazione € 559,80; € 79,45 per imposta sostitutiva.

MESSAGGIO PUBBLICITARIO CON FINALITA' PROMOZIONALE - Per ulteriori informazioni si rinvia al documento "Informazioni Europee di Base sul Credito ai consumatori" che la Banca di Credito Popolare Scpa attraverso le Filiali o gli Agenti in attività finanziaria, per l'offerta fuori sede, consegna in forma personalizzata gratuitamente al cliente; è necessario che quest'ultimo legga e sottoscriva il documento prima della sottoscrizione del contratto. Per le componenti di natura assicurativa (vita ed impiego), obbligatorie per legge ai sensi dell'articolo 54 del D.P.R. 180/1950, si rinvia agli strumenti di trasparenza previsti dalla normativa di settore che le Filiali e gli Agenti in attività finanziaria, per l'offerta fuori sede, consegnano al cliente e che il cliente deve leggere e sottoscrivere prima della sottoscrizione della polizza. I costi assicurativi sono a carico della Banca. La richiesta di finanziamento è soggetta a valutazione del merito creditizio da parte della Banca. L'importo erogato al cliente di cui agli esempi sopra indicati si intende al netto di tutte le spese e i costi trattenuti dalla banca al momento della liquidazione. Detti esempi fanno riferimento a finanziamenti con cessione del quinto dello stipendio rivolti ad un dipendente della DIFESA con età anagrafica a scadenza del piano di ammortamento di 65 anni e 6 mesi ed anzianità di servizio di 35 anni. Le condizioni riportate negli esempi indicati possono variare in funzione dell'età del cliente, dell'anzianità di servizio, della natura giuridica del suo datore di lavoro, dell'importo richiesto, della durata del finanziamento e, per i dipendenti privati, del TFR disponibile.

Offerta valida fino a revoca.

Per Informazioni rivolgiti a:

MARIA ROSARIA DAVIDE

Agente in attività finanziaria per la promozione e il collocamento in esclusiva per

Banca di Credito Popolare Scpa www.bcp.it

n. iscrizione OAM A3739

n.tel: 328/3394924

mail: AAF_MARIAROSARIADAVIDE@bcp.it



SEDE SOCIALE E DIREZIONE GENERALE
Palazzo Vallelonga
C.so Vittorio Emanuele 92/100 - Torre del Greco NA

www.bcp.it



BENESSERE

COME RITROVARE LA FORMA FISICA DOPO GLI ECCESSI A TAVOLA

Ogni scusa è buona per....

La Pasqua, il lunedì in Albis, la festa della liberazione, la festa dei lavoratori...Tante ricorrenze, tanti "ponti", tanti....SGARRI A TAVOLA! Come fare per rimettersi in riga?

Rinunciare al gusto?

Mai rinunciare ai piaceri della tavola!!

Parola d'ordine: EQUILIBRIO!

Per te inizia un percorso di conoscenza e consapevolezza, grazie al quale riuscirai a fare quelle piccole scelte quotidiane che ti porteranno ad avere controllo sul tuo stato di forma.

Consapevolezza

Siamo oggi vittime dell'industria alimentare. Il cibo che mangiamo è ricco di eccessi (zuccheri, grassi, ormoni, pesticidi, veleni) e povero di nutrienti (vitamine, sali minerali, oligoelementi). Spesso ciò non dipende solo dalla nostra volontà. <https://www.youtube.com/watch?v=DNFI4GxbJd4>

...una soluzione c'è!



I concetti di una sana nutrizione

Il nostro corpo è fatto di acqua e cellule. Dobbiamo garantire quotidianamente alcuni comportamenti che, nel medio/lungo periodo, permettono al nostro organismo di avere ciò che serve.

- Idratazione adeguata. Bere acqua al risveglio, lontano dai pasti, prima di andare a letto. Quanta acqua bere? 3% del peso corporeo. Aggiungi 1\2 Lt se fai sport e 1\2 Lt in estate.
- Fai 5 o più pasti al giorno. Prossimamente parleremo nel dettaglio di "crononutrizione" ma, per ora, ti basta sapere che è importante rispettare questi step: colazione - spuntino - pranzo - spuntino - cena. MAI SALTARE I PASTI!
- Fare pasti "bilanciati". Ogni nostro pasto deve essere bilanciato nei macronutrienti. 40% delle calorie devono provenire dai carboidrati, 30% dalle proteine, 30% dai grassi. Impareremo insieme a riconoscere i carboidrati buoni da quelli "cattivi", così come le proteine ed i grassi.



Buone notizie!

Per te un regalo per aiutarti a partire! Ritaglia 5 minuti nella tua giornata e clicca qui: tiny.cc/valutazionebenessere

Nel campo "nome del tuo coach" inserisci "OMAGGIO CRAL" e nel campo "email del tuo coach" inserisci

youstarcenterlife@gmail.com

(attenzione alla corretta digitazione). Descrivi nel dettaglio le tue abitudini e riceverai alcuni consigli utili personalizzati per te!

Perdonati! Diete fallite, tentativi mal riusciti di tornare in forma, abbonamenti in palestra pagati e mai utilizzati....quanti di noi ci sono passati? Non conta ciò che è stato, guardiamo in avanti!

"Change your body, change your mindset, change your life!"

- Ricorda che la chiave del cambiamento è il quelle piccole decisioni che spesso sottovalutiamo ma che, nel tempo, capitalizzano, verso un miglioramento o verso un peggioramento
- Ricorda SEMPRE: SE VUOI PUOI!!!

- Movimento adeguato. Trova il modo di avere una vita attiva! Anche solo 10 minuti al giorno, nel tempo, risultano fondamentali.

Non solo una questione di peso

L'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) ci dice che il 70% delle patologie derivano oggi dagli squilibri nutrizionali (v. immagine in basso).

Gastrite, colite, mal di testa, ansia, allergie, depressione, diabete, ulcera, anemia, pressione sanguigna, osteoporosi, psoriasi, malattie cardiovascolari...quante persone conosciamo con queste patologie? Bene, se solo si attenzionasse bene la nutrizione e lo stile di vita, 7 persone su 10 non avrebbero di questi problemi...SETTE SU DIECI!!

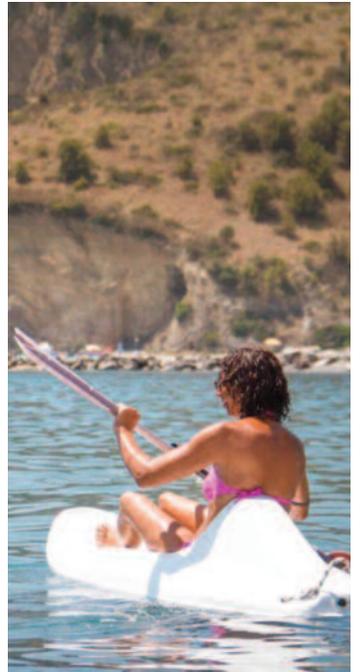


Da dove cominciare?

Il primo passo è quello di prendere una decisione. Jim Rohn dice "le persone si muovono per disperazione o ispirazione. Se non ne puoi più è arrivato il momento di darsi da fare! Se desideri rimettere quei jeans di un tempo, quel costume che ti stava tanto bene, riavere le energie di una volta...bene, PUOI FARCELA!

- Definisci il tuo obiettivo con chiarezza. Non essere generico "voglio perdere peso", ma sii specifico "voglio perdere 10 kg in 2 mesi"
- Fai piccoli cambiamenti, non stravolgere tutto!
- Lasciati guidare da un professionista. Non è tanto "quanto" mangiamo ma "cosa e quando" mangiamo.

Per supporto e consigli <https://wa.me/3207739254>





speciale cral 2019 formula hotel

22/06	29/06	06/07	13/07	20/07	27/07	24/08	31/08
29/06	06/07	13/07	20/07	27/07	03/08	31/08	07/09

SISTEMAZIONE IN BUNGALOW COMFORT (MINIMO 3 PERSONE PAGANTI)

Adulti	430	510	510	510	530	530	460	385
Bambini 8 - 11	210	230	230	255	285	290	225	210
Bambini 4 - 7	GRATIS	210	GRATIS	220	220	GRATIS	215	GRATIS

SUPPLEMENTO COTTAGE: 180,00 euro/settimana

SISTEMAZIONE IN CAMERA IN MURATURA (2 PERSONE) RIGOVERNO INCLUSO

Adulti	460	555	555	555	570	630	530	400
--------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

Prezzi settimanali per persona.

PIANO FAMIGLIA : bambini fino a 7 anni il primo GRATIS, il secondo € 150,00

Posto letto bambini fino a 3 anni : GRATUITO (pasti a consumo).

Biberoneria (solo pranzo e cena) euro 70,00/settimana

Riduzione mezza pensione € 40,00/persona.

Pranzo e cena al ristorante self-service con vino ed acqua minerale inclusi a tavola. Prima colazione all'italiana.

Sistemazione:

bungalow perlinato in legno bianco: due camere non comunicanti, angolo cottura in veranda arredata, bagno privato esterno in muratura (no bidet, no phon).

cottage perlinato in legno bianco: due camere, angolo cottura interno, bagno interno in muratura (no bidet, no phon), ampia veranda arredata con tavolo e sedie.

Rigoverno giornaliero escluso: su richiesta a pagamento € 70,00/settimana: dalle 9.30 alle 14.00 (cambio settimanale della biancheria letto)

Sono inclusi:

- **cena di arrivederci**
- **animazione, giochi e spettacoli**
- **discoteca e serate musicali**
- **tessera club**
- **ombrelloni liberi con 2 sdraio sulla spiaggia**
- **biancheria bagno inclusa (novità 2019)**

Su richiesta e a pagamento servizio spiaggia (ombrellone/2 lettini)



Black Marlin Club Galleria. B. Aires, 6 20124 Milano 02 29.51.64.32
www.blackmarlin.it info@blackmarlin.it



villaggio turistico direttamente sul mare

Formula residence stagione 2019 Prezzi giornalieri Cral Regione Campania

	Bungalow	cottage
22/06 - 29/06	68	93
29/06 - 06/07	90	105
06/07 - 13/07	106	122
13/07 - 20/07	106	122
20/07 - 27/07	118	133
27/07 - 03/08	151	173
03/08 - 10/08	185	210
10/08 - 17/08	192	217
17/08 - 24/08	165	190
24/08 - 31/08	90	110
31/08 - 07/09	60	75

Supplemento letto per bungalow e cottage al giorno (max 1):

dal 22/06 al 03/08: 18€; dal 03/08 al 24/08: 20€; gratuito dal 31/08 al 07/09.

Tessera Club da pagarsi in villaggio (gratuita per bambini fino 4 anni non compiuti):
€ 40,00/persona per soggiorni di 7 giorni; € 55,00/persona per soggiorni 14 € 21 giorni
Inizio/termine soggiorni: il sabato o la domenica

Speciale 14 giorni in bungalow perlinato 4 posti letto

Dal 20/07 al 03/08 euro 1.780,00 + tessere club

Dal 27/07 al 10/08 euro 2.160,00 + tessere club

Abitazioni perlinato in legno bianco:



Bungalow (4 posti letto) due camere non comunicanti con ingressi indipendenti, angolo cottura in veranda arredata con tavolo e sedie, bagno privato esterno in muratura (no bidet, no phon). Eventuale 5° letto a castello
Pulizia finale euro 20,00



Cottage (5 posti letto) due camere, angolo cottura interno, bagno interno in muratura (no bidet, no phon), ampia veranda arredata con tavolo e sedie. Eventuale 6° letto a castello
Pulizia finale euro 20,00

Prenotazioni ed informazioni:

Galleria Buenos Aires, 6 - 20124 Milano tel 02.29516432 fax 02.29403212

www.blackmarlin.it info@blackmarlin.it

**Vuoi iniziare a seguire
una sana alimentazione?**

15% di sconto su
prima visita
e controlli!

riservato ai soci cral regione campania

**Dott.ssa Valeria Petrella
Biologa Nutrizionista**

Napoli - Pomigliano D'arco

Tel.: +39 3495876105

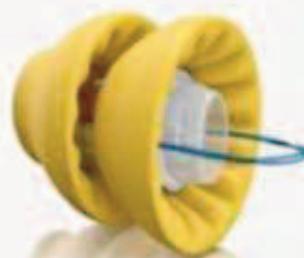
email : valeriapetrella@gmail.com



PHONAK Lyric

life is on

- › Completamente invisibile
- › Suono chiaro
- › Utilizzo giorno e notte



PER INFO
081 5584200

VIA LUCA GIORDANO, 90
VOMERO (NA)



L'ACUSTICA
CENTRI AUDIOPROTESICI



SALUTE

Prevenzione l'arma in più contro il diabete

Successo dell'iniziativa "Progetto salute 2019, prevenzione diabete" organizzata in collaborazione con la D.ssa Flora Beneduce, consigliere regionale e Primario del Reparto di Diabetologia dell'Ospedale ASL NA 3 Sud, ed il suo Staff.

In mezza mattinata nel poliambulatorio mobile fermo sotto Palazzo Santa Lucia sono stati effettuati circa 100 esami gratuiti per la prevenzione delle patologie afferenti al diabete, malattia asintomatica che può portare gravi conseguenze.

Un ennesimo screening, dopo quello per la pressione, quello au-

diometrico e quello per il fondo oculare, proposto dal Cral a soci e non soci. E per settembre è già in calendario quello per la postura.

Oltre alla Dr.ssa Flora Beneduce, hanno contribuito al successo dell'iniziativa il Dr. Giacinto Cirenza, cardiologo dell'ospedale di Vico Equense e il Dr. Giovanni Battista Ghidella, endocrinologo.

Presente anche il Dr. Marco Verolino, primario oculista degli Ospedali Riuniti dell'ASL NA3.

Infine interviste video per tutti a cura di Rosaria Nesta per Enti e Istituzioni, Canale Digitale 695, di Antonio Testa.

In mezza mattinata nel poliambulatorio mobile fermo sotto Palazzo Santa Lucia sono stati effettuati circa 100 esami gratuiti



Cod.	NOME RIVISTA	Copie	Prezzo Intero	SCONTO	Prezzo Netto
813	Abitare*	10	€ 100,00	55%	€ 44,90
272	AD*	11	€ 55,00	50%	€ 27,70
857	Amadeus (+ 24 CD) NOVITA	12	€ 132,00	35%	€ 86,00
879	Amica*	11	€ 44,00	55%	€ 19,90
787	Archeo NOVITA	12	€ 70,80	32%	€ 48,00
896	Casa Facile*	12	€ 22,80	35%	€ 14,90
129	Casabella*	11	€ 132,00	47%	€ 69,90
050	Chi*	51	€ 102,00	62%	€ 39,00
577	Ciak*	12	€ 54,00	56%	€ 23,90
006	Confidenze	52	€ 83,20	63%	€ 30,90
920	Corriere della Sera**	257	€ 421,50	24%	€ 319,00
056	Cosmopolitan*	12	€ 26,40	55%	€ 11,90
880	Cucina Moderna*	12	€ 18,00	34%	€ 11,90
141	Donna Moderna*	52	€ 78,00	55%	€ 35,00
802	Dove*	11	€ 64,90	62%	€ 24,90
740	Dueruote*	12	€ 42,00	40%	€ 25,20
291	Elle*	12	€ 36,00	65%	€ 12,60
292	Elle Decor*	10	€ 45,00	56%	€ 19,90
062	Famiglia Cristiana + regalo	52	€ 104,00	11%	€ 92,90
579	Focus*	12	€ 46,80	36%	€ 29,90
981	Focus D&R	4	€ 19,60	29%	€ 13,90
461	Focus Extra	4	€ 23,60	37%	€ 14,90
948	Focus Junior*	12	€ 42,00	41%	€ 24,90
257	Focus Pico	12	€ 42,00	34%	€ 27,90
949	Focus Scuola NOVITA	10	€ 69,00	28%	€ 49,90
462	Focus Storia*	12	€ 58,80	49%	€ 29,90
260	Focus Storia Wars	4	€ 27,60	28%	€ 19,90
400	Focus Wild	12	€ 42,00	34%	€ 27,90
894	Forbes* NOVITA	12	€ 46,80	57%	€ 19,90
289	Gente*	52	€ 104,00	66%	€ 34,90
009	Giallo Mondadori	12	€ 70,80	55%	€ 32,00
884	Giallo Zafferano*	12	€ 18,00	34%	€ 11,90
290	Giocal*	50	€ 90,00	73%	€ 23,90
516	Glamour*	11	€ 33,00	64%	€ 11,90
273	GO*	10	€ 30,00	34%	€ 19,90
002	Grazia*	51	€ 91,70	79%	€ 19,90
701	Icon*	8	€ 28,00	29%	€ 19,90
714	Icon Design*	10	€ 45,00	45%	€ 24,90
717	Internazionale*	50	€ 200,00	53%	€ 95,00
128	Interni + Guida + 3 Annual*	10	€ 88,00	38%	€ 55,00
025	Intimità	52	€ 83,20	42%	€ 48,50
040	La Cucina Italiana*	12	€ 48,00	50%	€ 23,90
930	La Gazzetta dello Sport**	257	€ 385,50	17%	€ 319,00
757	L'Espresso	52	€ 156,00	62%	€ 59,00
619	L'Informatore Agrario*	44	€ 154,00	42%	€ 90,00
819	Living*	10	€ 50,00	60%	€ 19,90
620	MAD (Macchine Agricole Domani)*	10	€ 65,00	18%	€ 53,00
298	Marie Claire*	12	€ 42,00	70%	€ 12,50
301	Marie Claire Maison*	10	€ 39,00	64%	€ 14,00
788	Medioevo NOVITA	12	€ 70,80	32%	€ 48,00
734	Meridiani*	6	€ 37,20	36%	€ 23,90
735	Meridiani Montagne + cartine	6	€ 45,00	39%	€ 27,40
615	National Geographic	12	€ 58,80	42%	€ 34,00
874	National Geo Kids	6	€ 23,40	19%	€ 18,90
810	Oggi*	52	€ 104,00	62%	€ 39,90
490	OK Salute e Benessere	12	€ 34,80	32%	€ 23,80
030	Panorama*	51	€ 153,00	80%	€ 29,90
483	PC Professionale*	12	€ 82,80	64%	€ 29,90
733	Quattroruote*	12	€ 60,00	34%	€ 39,90
662	Quattro Zampe*	12	€ 58,80	42%	€ 34,00
478	Rolling Stone	12	€ 46,80	38%	€ 28,90
199	Sale & Pepe*	12	€ 42,00	45%	€ 22,90
816	Sano & Leggero*	12	€ 34,80	43%	€ 19,90
783	Speak Up NOVITA	12	€ 82,80	40%	€ 49,50
830	Starbene*	52	€ 78,00	62%	€ 29,90
055	Storica National Geographic	12	€ 59,40	40%	€ 35,50
300	Tu Style*	51	€ 51,00	33%	€ 34,00
903	TV Sorrisi e Canzoni*	52	€ 78,00	55%	€ 35,00
754	Vanity Fair*	49	€ 117,60	70%	€ 34,90
127	Ville&Giardini*	12	€ 60,00	42%	€ 34,90
659	Ville&Casali*	12	€ 58,80	47%	€ 31,00
624	Vita in Campagna*	11	€ 53,90	11%	€ 48,00
626	Vita in Campagna* + Vite in Casa in Campagna*	11+4	€ 69,90	20%	€ 56,00
519	Vogue Italia*	12	€ 60,00	67%	€ 19,90

Megastore degli Abbonamenti*

Approfitta subito di queste vantaggiose offerte per risparmiare. **IN PIU** partecipi al **Super Concorso ABBONATO PREMIATO!**



Volkswagen Golf 1.0 TSI BlueMotion Technology Trendline 63 kW/85 CV man

Dati riferiti a Golf 1.0 TSI BlueMotion Technology Trendline 63 kW/85CV man. Valori massimi: consumo di carburante ciclo comb. 4,8 l/100 km - CO₂ 108 g/km. I valori indicativi relativi al consumo di carburante ed alle emissioni di CO₂ sono rilevati in base al Regolamento CE n. 692/2008 ed al Regolamento UE 2017/1151, e seguenti modifiche ed integrazioni, nel caso in cui le vetture siano omologate con il metodo WLTP. Eventuali equipaggiamenti aggiuntivi possono modificare i predetti valori. È disponibile gratuitamente presso ogni concessionaria una guida relativa al risparmio di carburante e alle emissioni di CO₂, che riporta i dati inerenti a tutti i nuovi modelli di veicoli.

PER TE CON SCONTI fino all'

80%

SUPER CONCORSO
Abbonato premiato

2° PREMIO

3° PREMIO



Da spendere per il viaggio dei tuoi sogni!

Reflex Nikon D3400 + obiettivo NIKKOR 18-55mm



Smartphone Samsung Galaxy S9

ABBINATA CONOSCERE	ABBINATA VIP	ABBINATA ATTUALITA'	ABBINATA MOTORI
51 numeri di Panorama* + 12 numeri di Focus* 2 riviste solo € 49,90 invece di € 199,80 SCONTO 75%	49 numeri di Vanity Fair* + 11 numeri di Glamour* 2 riviste solo € 39,90 invece di € 150,60 SCONTO 74%	51 numeri di Panorama* + 52 n. di TV Sorrisi e Canzoni* 2 riviste solo € 59,90 invece di € 231,00 SCONTO 74%	12 numeri di Quattroruote* + 12 numeri di Dueruote* 2 riviste solo € 62,20 invece di € 102,00 SCONTO 39%
RISPARMIO DI € 149,90	RISPARMIO DI € 110,70	RISPARMIO DI € 171,10	RISPARMIO DI € 39,80
ABBINATA SAPERE	ABBINATA FAMIGLIA	ABBINATA TOPOLINO	ABBINATA ELEGANZA
12 numeri di Focus* + 12 numeri di Focus Junior* 2 riviste solo € 49,90 invece di € 88,80 SCONTO 44%	52 numeri di Topolino* + 52 n. di TV Sorrisi e Canzoni* 2 riviste solo € 89,00 invece di € 218,40 SCONTO 59%	NOVITA' 26 numeri di Topolino* + 12 numeri di Topolino Junior 2 riviste solo € 59,00 invece di € 117,00 SCONTO 50%	12 numeri di Marie Claire* + 10 n. di Marie Claire Maison* 2 riviste solo € 24,90 invece di € 81,00 SCONTO 69%
RISPARMIO DI € 38,90	RISPARMIO DI € 129,40	RISPARMIO DI € 58,00	RISPARMIO DI € 56,10
ABBINATA CUCINANDO	ABBINATA CREATIVITA'	ABBINATA IDEE	ABBINATA GUSTO E BENESSERE
12 n. di Giallo Zafferano* + 12 n. di Cucina Moderna* 2 riviste solo € 19,90 invece di € 36,00 SCONTO 45%	NOVITA' 12 n. di Casa Facile* + 12 n. di Cucina Moderna* 2 riviste solo € 19,90 invece di € 199,80 SCONTO 51%	52 numeri di Donna Moderna* + 12 n. di Cucina Moderna* 2 riviste solo € 39,90 invece di € 96,00 SCONTO 58%	12 numeri di Giallo Zafferano* + 52 numeri di Starbene* 2 riviste solo € 39,90 invece di € 96,00 SCONTO 58%
RISPARMIO DI € 16,10	RISPARMIO DI € 20,90	RISPARMIO DI € 56,10	RISPARMIO DI € 56,10

PIU' REGALO
SAN PAOLO

Con l'abbonamento alla rivista Famiglia Cristiana c'è anche un simpatico regalo per te! Collegati e scopri su: www.abbonamenti.it/regalisanpaolo

Tutti i prezzi sono IVA inclusa. Lo sconto è computato sul prezzo di copertina al lordo di offerte promozionali edicola. La presente offerta, in conformità con l'art. 45 e ss. del codice del consumo, è formulata da Press-di Abbonamenti S.p.A. Puoi recedere entro 14 giorni dalla ricezione del primo numero. Per maggiori informazioni visita www.abbonamenti.it/cga

Cod.	NOME RIVISTA	Copie	Prezzo Intero	SCONTO	Prezzo Netto
402	Art Attack Magazine	12	€ 46,80	25%	€ 34,90
674	Disney A Punto Croce	4	€ 18,00	6%	€ 16,90
489	Disney Princess	12	€ 46,80	36%	€ 29,90
477	Frozen	12	€ 46,80	30%	€ 32,90
434	I Grandi Classici Disney	12	€ 58,80	27%	€ 42,90
408	I Classici Disney	12	€ 38,40	22%	€ 29,90
454	Paperinik	12	€ 46,80	30%	€ 32,90
440	Paperino	12	€ 38,40	22%	€ 29,90
480	Pixar Cars	12	€ 46,80	30%	€ 32,90
007	Topolino* + Gadget	52	€ 140,40	45%	€ 76,90
425	Topolino Junior NOVITA	12	€ 46,80	30%	€ 32,90

RIVISTE Disney Editoriale Panini COMICS

Non perdere queste occasioni che ti offre il Megastore degli Abbonamenti per regalarti e per regalare a chi piace a te un anno in compagnia delle riviste più belle, più lette, più famose.

Approfittane, scegli e ABBONATI ADESSO!

Megastore degli Abbonamenti®

CARTOLINA RICHIESTA ABBONAMENTI

CONSEGNA GRATIS A DOMICILIO!

Si! MI ABBONO PER UN ANNO ALLE RIVISTE:

▼ CODICE	▼ NOME DELLA RIVISTA	▼ PAGHERÒ 
<input type="text"/>	<input type="text"/>	€ <input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	€ <input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	€ <input type="text"/>

Si! MI ABBONO PER UN ANNO ALLE ABBINATE:

336 <input type="checkbox"/> Conoscere € 49,90	443 <input type="checkbox"/> Sapere € 49,90	761 <input type="checkbox"/> Cucinando € 19,90
171 <input type="checkbox"/> Vip € 39,90	547 <input type="checkbox"/> Famiglia € 89,00	016 <input type="checkbox"/> Idee € 39,90
091 <input type="checkbox"/> Attualità € 59,90	409 <input type="checkbox"/> Topolino € 59,00	889 <input type="checkbox"/> Creatività € 19,90
730 <input type="checkbox"/> Motori € 62,20	153 <input type="checkbox"/> Eleganza € 24,90	901 <input type="checkbox"/> Gusto e Benessere € 39,90

I MIEI DATI SONO: (DA COMPILARE IN OGNI CASO)

Nome <input type="text"/>		Cognome <input type="text"/>
Indirizzo <input type="text"/>		N° <input type="text"/>
CAP <input type="text"/>	Prov. <input type="text"/>	Località <input type="text"/>
Telefono <input type="text"/>	e-mail <input type="text"/>	

Si! REGALO L'ABBONAMENTO PER UN ANNO ALLE RIVISTE:

▼ CODICE	▼ NOME DELLA RIVISTA	▼ PAGHERÒ
<input type="text"/>	<input type="text"/>	€ <input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	€ <input type="text"/>

Si! REGALO L'ABBONAMENTO PER UN ANNO ALLE ABBINATE:

336 <input type="checkbox"/> Conoscere € 49,90	443 <input type="checkbox"/> Sapere € 49,90	761 <input type="checkbox"/> Cucinando € 19,90
171 <input type="checkbox"/> Vip € 39,90	547 <input type="checkbox"/> Famiglia € 89,00	016 <input type="checkbox"/> Idee € 39,90
091 <input type="checkbox"/> Attualità € 59,90	409 <input type="checkbox"/> Topolino € 59,00	889 <input type="checkbox"/> Creatività € 19,90
730 <input type="checkbox"/> Motori € 62,20	153 <input type="checkbox"/> Eleganza € 24,90	901 <input type="checkbox"/> Gusto e Benessere € 39,90

INVIATE GLI ABBONAMENTI CHE REGALO A:

Nome <input type="text"/>		Cognome <input type="text"/>
Indirizzo <input type="text"/>		N° <input type="text"/>
CAP <input type="text"/>	Prov. <input type="text"/>	Località <input type="text"/>

NON INVIO DENARO ORA! PAGHERÒ CON IL BOLLETTINO DI CONTO CORRENTE POSTALE CHE INVIERETE AL MIO INDIRIZZO

La presente informativa è resa ai sensi dell'art. 13 del Regolamento EU 679/2016 dall'editore e/o editori, titolare del trattamento, della/e rivista/e da te prescelta/e. L'editore e/o gli editori, titolare/i autonomo/i del trattamento, ha/hanno nominato Press-di Abbonamenti S.p.A., sede amministrativa in Via Mondadori 1, Segrate (MI), P. IVA n. 08696660151, responsabile del trattamento per la gestione degli abbonamenti alle proprie riviste. Il trattamento dei tuoi dati personali si baserà giuridicamente sul rapporto contrattuale che verrà a crearsi tra te e l'editore/gli editori della/e rivista/e prescelta/e e sarà condotto per l'intera durata dell'abbonamento e/o per un ulteriore periodo di tempo previsto da eventuali obblighi di legge. Il DPO di Press-di Abbonamenti S.p.A. è l'Avv. Ugo Ettore Di Stefano, contattabile a dpo@mondadori.it. La versione completa della presente informativa con l'indicazione specifica dell'editore/degli editori è consultabile nella sezione Privacy del sito www.abbonamenti.it, cliccando sul logo e/o sui loghi della/e rivista/e da te prescelta, all'interno della quale troverai tutte le informazioni sull'utilizzo dei tuoi dati personali, i canali di contatto del titolare/dei titolari del trattamento nonché tutte le ulteriori informazioni previste dal Regolamento ivi inclusi i tuoi diritti.

CRAL REGIONE CAMPANIA

73133-8 201800825012000540 0973368155 F.P.30

INVIA IL COUPON AL FAX 089.232027

PUOI ABBONARTI COLLEGANDOTI ANCHE AL SITO

WWW.ABBONAMENTI.IT/CRALREGCAM

Offerta valida solo per l'Italia

Sped. in Abb. Post. - Progr. Abb. 2018

BRIDGESTONE

FINO AL 31 MAGGIO COGLI
I VANTAGGI BRIDGESTONE

Con cerchi da
16" **20€**

Con cerchi da
17" **40€**

Con cerchi da
18" **80€**

BRIDGESTONE

COGLI I VANTAGGI
DELL'OFFERTA
BRIDGESTONE

Con cerchi da
16" **20€**

Con cerchi da
17" **40€**

Con cerchi da
18" **80€**

SATEP S.r.l.



Reparto vettura
Via Emanuele Garbarino, 101
80143 Napoli
Tel. 081 7340810 / 081 7340219
Fax 081 7340442

Reparto autocarri
Via Ferrante Imposato, 190
80145 Napoli
Tel. / Fax 081 7323925

Email: satep@libero.it
Site: www.satep.it
Piva: 05491600631



PROMOZIONE PIRELLI

FINO A 100€ DI VANTAGGI IMMEDIATI

1 Aprile – 15 Maggio 2019

**Gamma Pirelli: summer e all season
16" e superiori**

IL BENEFICIO PER IL CLIENTE: SCONTO IMMEDIATO

Il cliente riceve uno sconto immediato all'acquisto.

Lo sconto varia in funzione del prodotto acquistato.

Gamma in promozione: pneumatici Pirelli estivi e all season

- Diametro cerchio uguale a 16" → 20€ di sconto
- Diametro cerchio uguale a 17" → 40€ di sconto
- Diametro cerchio uguale a 18" → 80€ di sconto
- Diametro cerchio uguale a 19" o superiori → 100€ di sconto



PIRELLI



Riparto veicoli

Via Emanuele Gastoro, 181
80143 Napoli
Tel. 081 7360101/081 7360219
Fax 081 7360442

Riparto autocarri

Via Ferrante Imparato, 190
80143 Napoli
Tel. Fax 081 752305

Email: sales@saatep.it

Sito: www.saatep.it

Riva 0549160601

ECONOMIA

Anche i ticket mensa entrano nell'era 4.0

Con i buoni pasto digitali tempi più veloci di rimborso agli esercenti, lotta agli abusi e vantaggi per gli utenti

Rappresenta circa 3 miliardi di euro di valore ed è utilizzato da più di 80mila aziende tra pubbliche e private, con circa 2 milioni e mezzo di lavoratori che ne usufruiscono. La filiera rappresenta lo 0,72% del pil italiano, creando 190mila posti di lavoro tra lavoro diretto e indiretto: questi i dati relativi al mercato del buono pasto, il benefit più utilizzato dai lavoratori italiani.

Dopo la vicenda che ha coinvolto il secondo operatore di questo comparto, Quigroup, l'Anseb (Ass. Naz. Società Emittitrici Buoni Pasto che rappresenta circa il 80% di tutto il mercato italiano) ha proposto l'assegnazione delle gare pubbliche e la proposta di innalzamento della soglia defiscalizzata del buono pasto digitale dagli attuali 7 euro a 9 euro.

E'arrivato il momento di fare un passo in avanti ed è per questo che si comincia a parlare di buono pasto 'digitale', perché circola sugli smartphone, sui tablet, utilizza cioè tutti i sistemi elettronici moderni e quindi tempi più veloci di rimborso agli esercenti, contrasto agli abusi, più comodità di rendicontazione, più potere d'acquisto ai lavoratori e più risparmio per le imprese.



Le proposte: istituzione di una Commissione Nazionale in cui la filiera si possa ritrovare per analizzare e conoscere i problemi che ci sono nel mercato e proporre regolamenti normativi condivisi e approvati; istituzione di un fondo di garanzia: le società che emettono buoni pasto dovrebbero vincolare nel proprio bilancio una percentuale sui buoni in circolazione. Nonostante un incremento di costo per gli

emittitori si avrebbe uno strumento a garanzia soprattutto dei piccoli esercenti, perché se un emittitore avesse difficoltà nel rimborso, potrebbe attingere a questo fondo evitando di avere dei 'buchi', come è stato in passato. E' un mondo che crea ricchezza e valore, facendolo non solo per gli emittitori, ma per una filiera fatta di dipendenti che integrano circa 400 euro all'anno al proprio reddito, dedicandolo all'alimentazione.

Il giro dei buoni pasto ha inoltre un impatto in termini di posti di lavoro e benessere, influenzando anche sulle imprese in termini di produttività e con vantaggi economici perché parte del salario è defiscalizzato. Un beneficio importante anche per lo stato, perché è un prodotto tracciato e i consumi generano tassazione ed entrate certe.

L'impatto dei buoni pasto digitali inoltre influisce sulla digitalizzazione dei consumi: il buono pasto digitale contribuisce alla creazione della cosiddetta "cashless society", un numero significativo è dato dalle transazioni, quelle effettuate dai buoni digitali sono circa 200 all'anno, mentre quelle effettuate con carta di credito circa 40 annuali.

TURISMO

Lo "scrigno" di Villa Doria D'Angri

SCOPRENDO NAPOLI - Non molti sanno che a via Posillipo c'è una delle più importanti ville neoclassiche italiane

E' una delle più importanti ville neoclassiche italiane. La villa fu costruita per volere del principe Marcantonio Doria d'Angri, esponente di spicco del Regno di Napoli che commissionò l'opera all'architetto Bartolomeo Grasso (1773-1835).

La villa fu completata nel 1833 ed è un segno tangibile del rango dei Doria e delle loro tradizioni marinaresche. Si trova nella parte bassa di Via Posillipo in un parco che sale fino a via Petrarca poco distante da Palazzo Donn'Anna che è invece sul mare. Alla villa vi si accede da via Petrarca. In origine era una masseria trasformata in residenza principesca neoclassica dal Grasso.

La bellissima terrazza circonda l'intera struttura su cui verte, su ciascun lato, un loggiato con quattro colonne ioniche ed i ter-



razzi laterali che erano stati pensati come dei giardini pensili con giochi d'acqua e fontane.

Le visite sono gratuite e guidate e si svolgeranno nei seguenti giorni di 15-20-21-22-27- 28-29 maggio 2019 dalle ore 9,00 alle ore 13,00 con ultimo ingresso alle ore 12,30. Per partecipare è

obbligatoria la prenotazione. Le visite partiranno ogni ora per un numero massimo di dieci prenotati e per un totale giornaliero di 40 visitatori.

La prenotazione si potrà effettuare o registrandosi alla pagina facebook della Partenope inviando un messaggio privato op-

pure scrivendo alla mail eventi@uniparthenope.it Le richieste di prenotazione saranno soggette a conferma sia scritta che telefonica. Bisognerà quindi di indicare nella mail nominativo dei prenotanti e numero di cellulare sul quale comunicare la disponibilità dei giorni indicati.

D'ANGELO E D'ALESSIO



21/06/2019 - 22/06/2019 - 23/06/2019 – ARENA FLEGREA – NAPOLI

PREZZI BIGLIETTI

Cavea bassa cat 1 numerata € 82,00

Cavea bassa cat 2 numerata € 73,00

Cavea bassa cat 3 numerata € 63,00

Cavea alta cat 1 numerata € 58,00

Cavea alta cat 2 numerata € 48,00

Gradinata numerata € 32,00

Gradinata numerata visib. prima fila € 32,00

biglietto, prevendita e consegna in sede cral - fino ad esaurimento biglietti



Tortuga's Mood

La vacanza diversa dal solito!

Con la Convenzione dedicata al



Cral Regione Campania

Segreteria ☎ 081.796.29.66



cralregionecampania



@cralregionecampania

Alcalà – Tenerife – Canarie





Tortuga's Mood per il Cral Regione Campania

Siamo lieti di comunicarvi che tutti gli iscritti del **Cral Regione Campania** hanno condizioni di favore dedicate!

I vantaggi offerti sono i seguenti:

Le migliori condizioni (valide fino al 31/3/20)

- Sconto del **15%** sulle tariffe pubbliche (vedi allegato)
- Lo sconto del **10%** sulle Offerte Speciali (del **5%** sulle Last Minute).
- Sconto Pre-booking: confermato (sconto **2%** per ogni mese che intercorre tra la data di prenotazione a quella del soggiorno – fino ad un massimo del **24%**)

Inoltre

- Prenotazione **senza anticipo** (per soggiorni di una settimana); sarà sufficiente l'email di conferma dell'acquisto dei biglietti aerei.
- **Pagamento in contanti** all'arrivo o con bonifico bancario 10 giorni prima del soggiorno.
- **Nessun Deposito Cauzionale.**

Le condizioni generali di riferimento, salvo le deroghe sopra indicate, sono quelle riportate nel dépliant allegato.

Ricordate che è attivo il servizio di richiamata!

Contattateci attraverso WhatsApp oppure inviandoci una email, saremo lieti di richiamarvi noi per fornirvi tutte le informazioni che desiderate avere.

A presto!

tenerife@tortugas mood.com

Tel. +34.604.314.976 (WhatsApp +44.7442.191258) rispondiamo in italiano

www.tortugas mood.com

<https://www.facebook.com/tortugas mood/>

PARCHI TEMATICI - STAGIONE 2019



LEOLANDIA BIGLIETTO UNICO € 26.50
(GRATIS FINO A 89 CM DI ALTEZZA)



CINECITTÀ' WORLD BIGLIETTO UNICO € 13.50
(SOTTO UN METRO GRATIS)



BIOPARCO BIGLIETTO UNICO € 13,50
(SOTTO UN METRO GRATIS)



GARDALAND BIGLIETTO UNICO € 32.00
(SOTTO UN METRO GRATIS)
GARDALAND + SEA LIFE € 38.00
GARDALAND VALIDO PER DUE GIORNI € 48,00



MIRABILANDIA BIGLIETTO UNICO € 26.00
VALIDO PER DUE GIORNI CONSECUTIVI
(SOTTO UN METRO GRATIS)



SIGURTA' € 10.50
BIGLIETTO RIDOTTO € 7,00



FLYING IN THE SKY BIGLIETTO UNICO € 30.00
VOLO DOPPIO € 52,00