

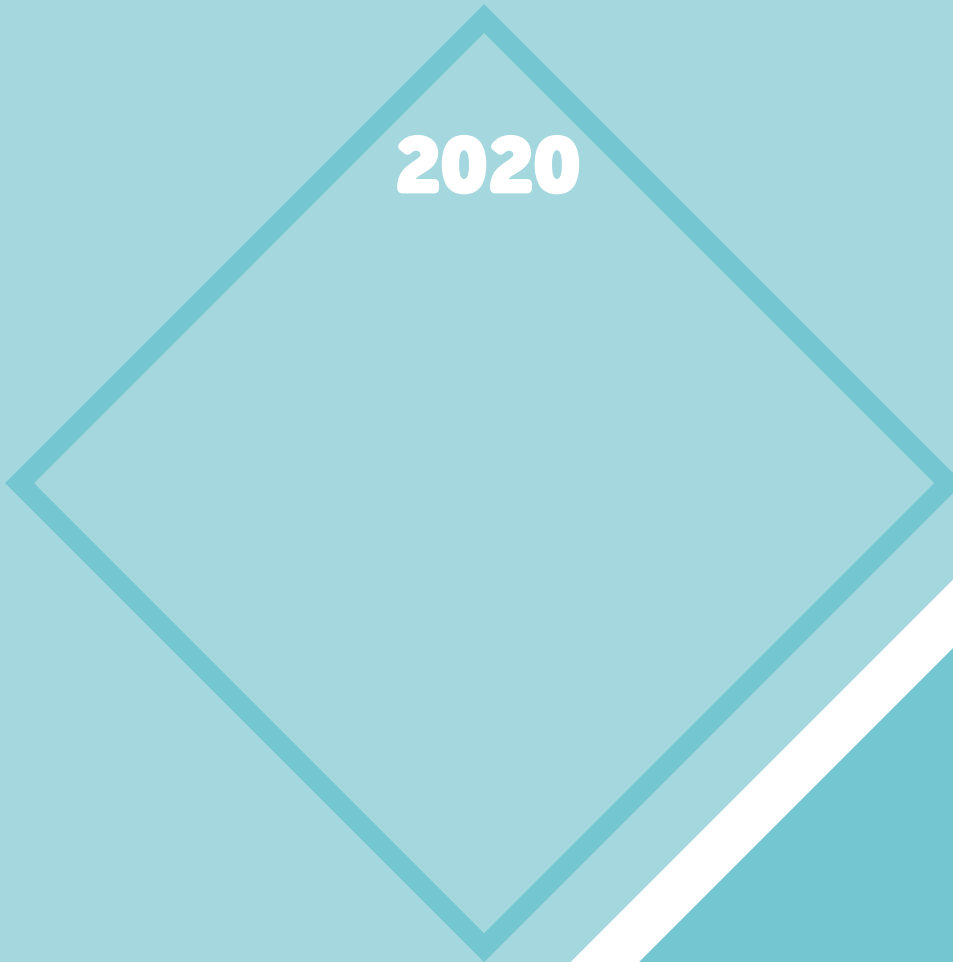
TIME 2020



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31			
Tuesday Martin Luther King Jr.	Tuesday Martin Luther King Jr.	Wednesday Martin Luther King Jr.	Thursday Jan 1	Friday Jan 2	Saturday Jan 3	Sunday Jan 4	Sunday Jan 5	Monday Jan 6	Tuesday Jan 7	Wednesday Jan 8	Thursday Jan 9	Friday Jan 10	Saturday Jan 11	Sunday Jan 12	Monday Jan 13	Tuesday Jan 14	Wednesday Jan 15	Thursday Jan 16	Friday Jan 17	Saturday Jan 18	Sunday Jan 19	Monday Jan 20	Tuesday Jan 21	Wednesday Jan 22	Thursday Jan 23	Friday Jan 24	Saturday Jan 25	Sunday Jan 26	Monday Jan 27	Tuesday Jan 28	Wednesday Jan 29	Thursday Jan 30	Friday Jan 31

**CALENDARI
ILLUSTRATI**

2020



PA095 **Bambini**

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**

☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**

☑ imballo: **pz. 100**



Gennaio 2020

1 D	1 Mer	5-888	Sant'Antonio	Sant' 1	17 Ven	87-043	
2 L	2 Gio	1-384	Maria Maddalena di Capodanno		18 Sab	18-384	
3 M	3 Ven	3-393	S. Tommaso d'Aquino		19 Dom	19-393	
4 M	4 Sab	4-392	S. Genesio		20 Lun	20-392	Sant' 4
5 V	5 Dom	5-391	S. Felice e Gaudioso		21 Mar	21-391	
6 S	6 Lun	6-390	S. Epifanio di N.S.	Sant' 2	22 Mer	22-390	
7 D	7 Mar	7-389	S. Raimondo di Pafos		23 Gio	23-389	
8 D	8 Mer	8-388	S. Margherita		24 Ven	24-388	
9 L	9 Gio	9-387	S. Costantino		25 Sab	25-387	
10 M	10 Ven	10-386	S. Agostino		26 Dom	26-386	
11 M	11 Sab	11-385	S. Ignazio	Sant' 5	27 Lun	27-385	
12 G	12 Dom	12-384	S. Felice e Gaudioso		28 Mar	28-384	
13 V	13 Lun	13-383	S. Basilio	Sant' 3	29 Mer	29-383	
14 S	14 Mar	14-382	S. Felice		30 Gio	30-382	
15 D	15 Mer	15-381	S. Margherita		31 Ven	31-381	
16 L	16 Gio	16-380	S. Maria				
17 M							
18 M							
19 G							
20 V							
21 S							
22 D							
23 L							
24 M							
25 M							
26 G							
27 V							
28 S							
29 D							
30 L							
31 M							

L'IMPRESA DI PUBBLICITÀ, NEL RISPETTO DEL REGOLAMENTO LOCALE, È A CARICO DI CHI LO ESPONE IN PUBBLICO



La cura della pelle

Appena nato il bimbo ha una pelle molto delicata, perché sottile e ancora priva del rivestimento protettivo di grasso che si formerà con il tempo. È una pelle abituata a stare a contatto con l'acqua e non con l'aria. L'importante è trattarla sempre con rispetto senza usare prodotti troppo aggressivi che potrebbero danneggiare le sue fragili barriere protettive. Molto importante per proteggere la pelle del neonato è la scelta dei tessuti che andranno a contatto con l'epidermide. Anche in questo caso sono consigliati quelli naturali e morbidi, evitando quelli sintetici e ruvidi. Via libera dunque a cotone, seta ed eventualmente lana per neonati, che è morbidissima. Questo per i tessuti che vanno a contatto con la pelle del piccolo: i punti più delicati della pelle del bambino sono quelli a contatto con il pannolino. L'ideale è sciocquare la pelle con l'acqua corrente tiepida: se il piccolo è andato di corpo bisogna pulire il cucciolo e i genitali con un detergente delicato, altrimenti va bene anche semplicemente l'acqua.

Consigli per il bagnetto.

Per il bagnetto, che deve essere di breve durata e in acqua tiepida, vanno evitati i prodotti schiumogeni, con tensioattivi. Da preferire invece i detergenti più delicati. In seguito si può applicare sul corpo un velo di crema idratante.




FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Curiosità ed approfondimenti
per **prenderti cura**
dei tuoi bambini



Calendario della Famiglia

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

- ☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**
- ☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**
- ↓ imballo: **pz. 100**



Inserite i nomi
dei componenti della famiglia
**annotate i vostri eventi
nelle colonne dedicate**

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

Ogni retro ha un tema per giocare e divertirsi in famiglia

per la Befana

Scriviamo tutti insieme una lettera alla Befana

Giochiamo con la neve!

Il bambino usava storicamente pazzi per la neve ad una vacanza in montagna o fra i boschi tanto svaghi per tutta la famiglia.

BATTAGLIA DI PALLE DI NEVE
La battaglia di palle di neve è una tenace e inestinguibile per grandi e piccoli che si trovano davanti a un mucchio di neve.

PUPAZZO DI NEVE
Chi non ama i pupazzi di neve? Sicuramente fare un pupazzo di neve è l'attività invernale più amata dai bambini. Dunque armatevi di carote, bottoni, sciarpe e tanta fantasia per realizzare un pupazzo di neve in compagnia dei vostri genitori, amici e fratelli.

SLITTINO
Se, invece, avete a disposizione un'area libera dai ostacoli e, quindi, dai eventuali pericoli, potete organizzare delle piccole gare di slittino.

Carnevale è arrivato!

Come fare una maschera di cartapesta

Strumenti necessari:
colle, forbici, giornali, acqua

Scrivi un pensiero d'amore alla mamma e al papà

La festa dell'amore

14 febbraio

per la Befana

da: _____

Scriviamo tutti insieme una lettera alla Befana

Giochiamo con la neve!

Il bambino usava storicamente pazzi per la neve ad una vacanza in montagna o fra i boschi tanto svaghi per tutta la famiglia.

BATTAGLIA DI PALLE DI NEVE
La battaglia di palle di neve è una tenace e inestinguibile per grandi e piccoli che si trovano davanti a un mucchio di neve.

PUPAZZO DI NEVE
Chi non ama i pupazzi di neve? Sicuramente fare un pupazzo di neve è l'attività invernale più amata dai bambini. Dunque armatevi di carote, bottoni, sciarpe e tanta fantasia per realizzare un pupazzo di neve in compagnia dei vostri genitori, amici e fratelli.

SLITTINO
Se, invece, avete a disposizione un'area libera dai ostacoli e, quindi, dai eventuali pericoli, potete organizzare delle piccole gare di slittino.

Facciamo dei dolci tutti insieme!

Giornata della famiglia

Scrivi un pensiero d'amore al papà

Festa del papà
19 marzo

Novità di Pasqua da appendere!

Facciamo un lavoretto pasquale

Cosa ti serve:
forbici, nastro, colla, carta, filo

Pascetta di Pasqua

Buona Pasqua

La festa della mamma

Scrivi un messaggio d'auguri

10 maggio

Il 31 maggio è la festa dei fratelli

Eschiamo un casto per il papà

La scuola sta finendo!

Attività estive

Segna qui il tuo voto

Tutti al campo estivo

Lunedì, Martedì, Mercoledì, Giovedì, Venerdì, Sabato

Giochiamo alla battaglia navale!

Condizioni per giorni e compiti di vacanze

LUNEDÌ, MARTEDÌ, MERCOLEDÌ, GIOVEDÌ, VENERDÌ, SABATO

Tutti in vacanza!

Prepariamo le valigie!

Facciamo un lavoretto con le conchiglie

Lista dei libri

Ritorno a scuola!

Orario scolastico

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO

Volcetta o scherzetta?

Eschiamo un casto per il papà

Halloween

Filastroca di auguri per i nonni

La festa dei nonni
1 ottobre

Giochiamo insieme alla fattoria degli animali

Impariamo le macchine differenziate

ARRIVO!

Cosa desideri per Natale?

Facciamo una girlanda

Buen Natale

Gennaio 2020 duemilaenti

1 Mer	1966	Sant'Antonio	17 Ven	2940	S. Antonio abate
2 Gio	2944	ss. Trinità e Gregorio	18 Sab	2948	S. Lorenzo
3 Ven	3043	S. Concetta	19 Dom	2947	S. Maria
4 Sab	4092	ss. Erasmo e Carlo	20 Lun	2946	ss. Sabastiano e Feliciano
5 Dom	5091	S. Andrea	21 Mar	2945	S. Giuseppe
6 Lun	6090	Epifania di N.S.	22 Mer	2944	S. Vincenzo
7 Mar	7089	S. Felice di Petrucci	23 Gio	2943	S. Enocriana
8 Mer	8058	S. Massimo	24 Ven	2942	S. Felice di Sesto
9 Gio	9057	S. Giuliano	25 Sab	2941	S. Costantino di S. Paolo
10 Ven	10056	S. Alessio	26 Dom	2940	ss. Tibo e Trincaso
11 Sab	11055	S. Sisto	27 Lun	2939	S. Angela Merici
12 Dom	12054	Trinitario di Gesù	28 Mar	2938	S. Tommaso d'Aquino
13 Lun	13053	S. Vito	29 Mer	2937	S. Costantino
14 Mar	14052	S. Felice	30 Gio	2936	S. Maria
15 Mer	15051	S. Mauro	31 Ven	2935	S. Giovanni Battista
16 Gio	16050	S. Marcello			

Dicembre 2019

LUN	2	9	16	23	30
MAR	3	10	17	24	31
MER	4	11	18	25	
GIO	5	12	19	26	
VEN	6	13	20	27	
SAB	7	14	21	28	
DOM	8	15	22	29	

Febbraio 2020

LUN	3	10	17	24
MAR	4	11	18	25
MER	5	12	19	26
GIO	6	13	20	27
VEN	7	14	21	28
SAB	8	15	22	29
DOM	9	16	23	

L'IMPRESA DI PUBBLICITÀ NEL SEGRETO DEL REDAZIONALE LOCALE È A CARICO DI CHI LO ESPONE IN PUBBLICO

PA097 Arredamento

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

- ☑ f.to calendario: cm 29x47 ca
- ☑ f.to testata: cm 29x9 ca
- ☑ imballo: pz. 100

HOME DESIGN

IDEE E DESIGN PER IL SALOTTO

IL SOGGIORNO INDICA LO STILE

L'arredo del soggiorno definisce lo stile di un'abitazione e scegliere gli elementi giusti, allineati nel migliore dei modi, è importante per avere una gradevole armonia nell'ambiente che possa infondere ospitalità e comfort, oltre che gusto e design.

LA SCELTA DI TENDE E TAPPETI

In considerazione dell'ambiente possiamo giocare anche sulle tende per aumentare gli spazi: se abbiamo ambienti non troppo alti possiamo amplificare il senso di altezza percepito con tende che varino da 5-10 centimetri dal soffitto, fino al pavimento. Possiamo inoltre creare considerando giochi di colori con tende con vari stili e tendenze. I tappeti sono molto utili a delimitare gli spazi, creano come una sorta di perimetro virtuale e tornano utili per delimitare in modo naturale, gli spazi liberi per i nostri ospiti.

I COLORI DEL SOGGIORNO

È bene valutare anche la luminosità ed i colori dalle pareti in modo da avere i giusti accostamenti cromatici tra diversi elementi: divani, orologi, pavimenti, pareti. Ad esempio il colore bianco o tendente al grigio è come un jolly, va bene in ogni situazione ed aumenta la spaziosità. Torna molto utile quando si ha un salotto piccolo che con l'utilizzo di colori scuri andrebbe non solo ad occuparsi, ma a restringersi.

AUMENTARE GLI SPAZI VISIVI

Se vogliamo aumentare gli spazi visivi, possiamo aggiungere in zone strategiche del salotto degli specchi che vanno ad ingrandire gli ambienti dandoci un maggiore senso di libertà.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Arredare: l'arte di disporre cose belle in modo confortevole



PA098 Benessere e Bellezza

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**

☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**

📦 imballo: **pz. 100**



Gennaio 2020 duemilaventi

1 Mer 1-96 Mica Medea di Dio - Capodanno	17 Ven 17-96 s. Antonio abate	3 Dic 3-96 s. Lucia
2 Gio 2-96 s. Andrea Gregorio	18 Sab 18-96 s. Lorenzo	4 Mer 4-96 s. Concetta
3 Ven 3-96 s. Concetta	19 Dom 19-96 s. Maria	5 Dom 5-96 s. Maria
4 Sab 4-96 s. Felice e Calisto	20 Lun 20-96 s. Sebastiano e Fabiano	6 Lun 6-96 s. Felice e Calisto
5 Dom 5-96 s. Maria	21 Mar 21-96 s. Giuseppe	7 Mar 7-96 s. Raimondo di Peafort
6 Lun 6-96 s. Felice e Calisto	22 Mer 22-96 s. Tommaso	8 Mer 8-96 s. Massimo
7 Mar 7-96 s. Raimondo di Peafort	23 Gio 23-96 s. Emerenziana	9 Gio 9-96 s. Costantino
8 Mer 8-96 s. Massimo	24 Ven 24-96 s. Francesco di Sales	10 Ven 10-96 s. Costantino
9 Gio 9-96 s. Costantino	25 Sab 25-96 s. Costantino di Fiacco	11 Sab 11-96 s. Sisto
10 Ven 10-96 s. Costantino	26 Dom 26-96 s. Tommaso d'Aquino	12 Dom 12-96 s. Stefano
11 Sab 11-96 s. Sisto	27 Lun 27-96 s. Angiola Merici	13 Lun 13-96 s. Stefano
12 Dom 12-96 s. Stefano	28 Mar 28-96 s. Tommaso d'Aquino	14 Mar 14-96 s. Felice
13 Lun 13-96 s. Stefano	29 Mer 29-96 s. Costantino	15 Mer 15-96 s. Mauro
14 Mar 14-96 s. Felice	30 Gio 30-96 s. Maria	16 Gio 16-96 s. Marco
15 Mer 15-96 s. Mauro	31 Ven 31-96 s. Giovanni Bosco	

Dicembre 2019

LUN	2	9	16	23	30
MAR	3	10	17	24	31
MER	4	11	18	25	
GIO	5	12	19	26	
VEN	6	13	20	27	
SAB	7	14	21	28	
DOM	1	8	15	22	29

Febbraio 2020

LUN	3	10	17	24	
MAR	4	11	18	25	
MER	5	12	19	26	
GIO	6	13	20	27	
VEN	7	14	21	28	
SAB	1	8	15	22	29
DOM	2	9	16	23	

L'IMPRESA DI PUBBLICITÀ, NEL RISPETTO DEL REG. DEM. ELETTORALE, È A CARICO DI CHI LO ESPONE IN PUBBLICO.



Massaggi all'olio di noce

I massaggi sono sempre graditi specie quando li riceviamo da qualcun altro. Ma le buone abitudini del benessere prevedono un automassaggio quotidiano dopo il bagno o la doccia. Di tanto in tanto, cerchiamo di cambiare il prodotto che usiamo per massaggiare il corpo. Per esempio, proviamo un olio essenziale da miscelare ad un olio vegetale.

Tra quelli che danno risultati fantastici, c'è l'olio vegetale di noce. Si tratta di un olio dall'aroma molto particolare e intenso che offre una perfetta fluidità di scorrimento nel massaggio. Oltre agli omega 6, contiene i preziosi acidi grassi omega 3 (acido linoleico omega 6, 55% e acido alfa-linolenico omega 3, 14%) che rendono la pelle elastica. Gli omega 3, inoltre, hanno una spiccata attività antinfiammatoria.

Proprietà


Il guscio di noce è la parte carnosa del frutto prodotto dall'omonima pianta. Le noci che acquistiamo comunemente al supermercato con il guscio non sono attaccate alla pianta come tali. La parte commestibile (il seme) è, infatti, avvolta da una porzione legnosa detta endocarpo (il guscio). Fin qui nulla di nuovo, ciò che però molti non sanno è che a sua volta il guscio è protetto da uno strato polposo non commestibile, il mallo (detto mesocarpo), rivestito da una buccia (esocarpo). Il mallo di noce contiene diversi principi attivi al suo interno, fra i quali spiccano i tannini, i flavonoidi e i polifenoli come lo juglone.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Scopri come prenderti cura del tuo corpo per un benessere completo





Gennaio *Chi non medita è come colui che non si speccia mai.* **2020**

1 Mer 1-001 Marta Madre di Dio - Capodanno	17 Ven 17-040 s. Antonio abate	Dicembre 2019
2 Gio 2-004 s. Felice e Gregorio	18 Sab 18-048 s. Lorenzo	LUN 2 9 16 23 30
3 Ven 3-003 s. Giovanni	19 Dom 19-047 s. Marco	MAR 3 10 17 24 31
4 Sab 4-002 s. Emidio e Cato	20 Lun 20-050 s. Sebastiano e Fabiano	MER 4 11 18 25
5 Dom 5-001 s. Stefano	21 Mar 21-045 s. Giuseppe	GIO 5 12 19 26
6 Lun 6-000 s. Stefano	22 Mer 22-044 s. Agostino	VEN 6 13 20 27
7 Mar 7-009 s. Remigio di Reims	23 Gio 23-043 s. Eufrosina	SAB 7 14 21 28
8 Mer 8-004 s. Massimo	24 Ven 24-042 s. Francesco di Sales	DOM 1 8 15 22 29
9 Gio 9-007 s. Giuseppe	25 Sab 25-041 s. Costantino e Costanza	<i>Il Sole</i> <small>SORGE TRAMONTO</small> Ergomo 1 ore 7,38 ore 16,49 Ergomo 20 ore 7,37 ore 16,58 Ergomo 20 ore 7,33 ore 17,09
10 Ven 10-006 s. Pio	26 Dom 26-040 s. Silvestro	<i>La Luna</i> Ergomo 1 ore 5,45 Ergomo 10 ore 20,21 Ergomo 17 ore 11,58 Ergomo 24 ore 22,42
11 Sab 11-005 s. Ignazio	27 Lun 27-039 s. Agostino	Febbraio 2020
12 Dom 12-004 s. Maria	28 Mar 28-038 s. Tommaso d'Aquino	LUN 3 10 17 24
13 Lun 13-003 s. Felice	29 Mer 29-037 s. Costantino	MAR 4 11 18 25
14 Mar 14-002 s. Maria	30 Gio 30-036 s. Maria	MER 5 12 19 26
15 Mer 15-001 s. Marco	31 Ven 31-035 s. Giovanni Battista	GIO 6 13 20 27
16 Gio 16-000 s. Marco		VEN 7 14 21 28
		SAB 1 8 15 22 29
		DOM 2 9 16 23

L'IMPRESA DI PUBBLICITÀ NEL SERVIZIO DEL REDAZIONISTICO LOCALE E LA CARICA DI CHI LO ESERCE IN PUBBLICO

PA100 San Pio

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

- ☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**
- ☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**
- ☑ imballo: **pz. 100**

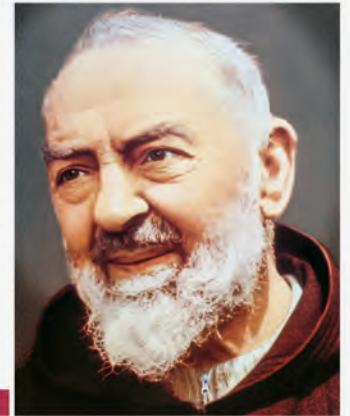


**“SAN PIO
vita e opere**

Francesco Forgione, nacque a Pietrelcina, un piccolo paese del beneventano, il 25 maggio 1887. Fin dalla tenera età Francesco sperimentava in sé il desiderio di consacrarsi totalmente a Dio e questo desiderio lo distingueva dai suoi coetanei. Tale "diversità" fu oggetto di osservazione da parte dei suoi parenti e dei suoi amici. Raccontava mamma Peppa: "non commetteva nessuna mancanza, non faceva capricci, ubbidiva sempre a me e a suo padre, ogni mattina ed ogni sera si recava in chiesa a visitare Gesù e la Madonna. Durante il giorno non usciva mai con i compagni. Qualche volta gli dicevo: "Franci esci un pò a giocare. Egli si rifiutava dicendo: "non ci voglio andare perché essi bestemmano". Con il passare del tempo poté realizzarsi quello che per Francesco era il più grande sogno, consacrare totalmente la vita al Signore. Il 6 gennaio 1903, a sedici anni, entrò come chierico nell'Ordine dei Cappuccini e fu ordinato sacerdote nel Duomo di Benevento, il 10 agosto 1910. Ebbe così inizio la sua vita sacerdotale che a causa delle sue precarie condizioni di salute, si svolgerà dapprima in diversi conventi del beneventano, dove fra Pio fu inviato dai suoi superiori per favorire la guarigione, poi, a partire dal 4 settembre 1916, nel convento di San Giovanni Rotondo dove rimase fino al 23 settembre 1903, giorno della sua nascita al cielo.

Le Guarigioni

1. Un signore di Foggia cadendo dal cancello si era rotto le gambe e i medici non riuscivano a guarirlo. Dopo averlo confessato, Padre Pio gli disse: "Alzati e vattene, questi bastoni li devi gettare". L'uomo obbedì tra la meraviglia di tutti.
2. Racconta un signore: "Nel lontano 1950 mia suocera fu ricoverata in ospedale per un intervento, la neoformazione, però risultato di natura maligna. Data la diffusione del male i medici diedero all'inferma tre o quattro mesi di vita. Partii immediatamente per San Giovanni Rotondo e chiesi al Padre la grazia della guarigione. Egli disse: "Preghiamo, preghiamo tutti. Guarirà!". Così fu. Mia suocera dopo l'intervento si ristabilì e andò personalmente a ringraziare il Padre che, sorridendo le disse: "Và in pace, figlia mia! Và in pace!".
3. La sorella di una donna malata di tumore inviò un telegramma a Padre Pio per chiedere il suo aiuto ed ebbe questa risposta: "Pregherò per vostra sorella affinché il Signore la guarisca. Il telegramma di risposta fu messo sotto il cuscino e dopo poco la malata riaprì gli occhi dicendo "È venuto un frate cappuccino e mi ha detto: alzati che sei guarita". Le fecero vedere una foto di Padre Pio ed ella riconobbe il suo benefattore.



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

**Vita, miracoli e
apparizioni di San Pio**



PA101 Francesco

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**

☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**

☑ imballo: **pz. 100**



Gennaio *La vera emozione comincia nel momento in cui si sente del cuore* **2020**

1 Mer 1965 s. Felice e Adelfo	17 Ven 1948 s. Antonio Abate	29 Dic 2019 s. Tommaso d'Aquino
2 Gio 2004 s. Felice e Adelfo	18 Sab 1948 s. Lorenzo	30 Gio 2019 s. Maria
3 Ven 1983 s. Genoveffa	19 Dom 1947 s. Marco	31 Ven 21 05 s. Giovanni Battista
4 Sab 1962 s. Felice e Claudio	20 Lun 20 30 s. Sebastiano e Rufino	
5 Dom 1961 s. Maria	21 Mar 21 05 s. Tommaso	
6 Lun 1962 s. Epifanio di Nissa	22 Mer 20 04 s. Valentino	
7 Mar 1959 s. Rocco di Palafuri	23 Gio 20 03 s. Emerenziana	
8 Mer 1958 s. Massimo	24 Ven 20 02 s. Francesco di Sales	
9 Gio 1957 s. Stefano	25 Sab 20 01 s. Costantino e Elena	
10 Ven 1956 s. Alessio	26 Dom 20 00 s. Teodoro	
11 Sab 1955 s. Spirito	27 Lun 20 00 s. Angela Merici	
12 Dom 1954 s. Stefano di Gesù	28 Mar 20 00 s. Tommaso d'Aquino	
13 Lun 1953 s. Silvano	29 Mer 19 59 s. Costantino	
14 Mar 1952 s. Felice	30 Gio 19 58 s. Maria	
15 Mer 1951 s. Mauro	31 Ven 19 57 s. Giovanni Battista	
16 Gio 1950 s. Michele		

Dicembre 2019

LUN	2	9	16	23	30
MAR	3	10	17	24	31
MER	4	11	18	25	
GIO	5	12	19	26	
VEN	6	13	20	27	
SAB	7	14	21	28	
DOM	8	15	22	29	

Febbraio 2020

LUN	3	10	17	24
MAR	4	11	18	25
MER	5	12	19	26
GIO	6	13	20	27
VEN	7	14	21	28
SAB	8	15	22	29
DOM	9	16	23	

Il Sole SORGE TRAMONTA
 1 giorno 3 ore 7,38 ore 16,49
 2 giorno 2 ore 7,27 ore 16,58
 3 giorno 2 ore 7,13 ore 17,09

La Luna
 3 P.Q. giorno 3 ore 5,45
 4 L.R. giorno 10 ore 20,21
 5 U.Q. giorno 17 ore 33,58
 6 S.L. giorno 24 ore 22,42

Capricorno 22 DIC - 20 GEN

PAPA FRANCESCO

Papa Francesco, all'anagrafe Jorge Mario Bergoglio, nasce a Buenos Aires il 17 dicembre 1936 all'interno di una famiglia le cui origini sono italiane, nello specifico piemontesi. Prima di entrare in seminario i suoi studi iniziali appartengono all'area scientifica chimica. E nell'anno 1958 che entra a far parte come novizio della Compagnia di Gesù, con tale organizzazione trascorre un periodo in Cile, torna poi nella sua città natale dove perfeziona il suo percorso di studi e consegue la laurea in filosofia. A partire dall'anno 1964 insegna letteratura e psicologia nei collegi di Santa Fe e Buenos Aires, per tre anni. Diventa sacerdote a 33 anni il giorno 13 dicembre 1969. Seguono poi alcune altre esperienze di insegnamento, poi Jorge Mario Bergoglio ricopre la carica di rettore della facoltà di teologia e filosofia a San Miguel. Viene in seguito Provinciale dell'Argentina, nel 1986 si reca in Germania per il completamento del proprio dottorato di studi teologici. Torna quindi in patria, nella città di Córdoba, chiamato ad essere direttore spirituale e confessore della locale chiesa della Compagnia di Gesù.

LA CARRIERA ECCLESIASTICA

La carriera ecclesiastica prosegue con un balzo in avanti quando il 3 giugno 1997 è nominato arcivescovo coadiutore di Buenos Aires. Alla morte del cardinale Antonio Quarracino, gli succede il giorno 28 febbraio 1998 diventando di fatto la figura religiosa più importante dell'intera Argentina. Sempre nel 1998, dal giorno 6 novembre, è anche ordinario per i fedeli di rito orientale in Argentina. Papa Giovanni Paolo II lo nomina cardinale il 21 febbraio 2001, con il titolo di San Roberto Bellarmino viene eletto a capo della Conferenza Episcopale Argentina, carica che ricopre dal 2005 al 2011. Dopo il lutto di Karol Wojtyła, Jorge Mario Bergoglio è considerato uno dei candidati più in vista per l'elezione a nuovo Pontefice, nel conclave del 2005. Verrà eletto Joseph Ratzinger, ma secondo alcune notizie trapelate dopo il conclave, l'argentino sarebbe stato proprio il nome più votato dopo quello del nuovo Papa. Lo stesso Ratzinger sarebbe stato fra i cardinali che avrebbero appoggiato l'elezione di Bergoglio.

*Prodotto non destinato alla vendita al consumatore/Utilizzatore finale "gentile omaggio" del negoziante

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Biografia e pensieri di Papa Francesco



Gennaio 2020

1 Mer 1966
s. Felice e Adelfo

2 Gio 2064
s. Felice e Gregorio

3 Ven 2463
s. Costanzo

4 Sab 4302
s. Felice e Carlo

5 Dom 6380
s. Felice

6 Lun 6380
Epifania di N.S.

7 Mar 7466
s. Felice e Felice

8 Mer 9058
s. Felice e Felice

9 Gio 9467
s. Felice

10 Ven 10466
s. Felice

11 Sab 11465
s. Felice

12 Dom 12464
s. Felice

13 Lun 13463
s. Felice

14 Mar 14462
s. Felice

15 Mer 15461
s. Felice

16 Gio 16460
s. Felice

17 Ven 17459
s. Felice

18 Sab 18458
s. Felice

19 Dom 19457
s. Felice

20 Lun 20456
s. Felice

21 Mar 21455
s. Felice

22 Mer 22454
s. Felice

23 Gio 23453
s. Felice

24 Ven 24452
s. Felice

25 Sab 25451
s. Felice

26 Dom 26450
s. Felice

27 Lun 27449
s. Felice

28 Mar 28448
s. Felice

29 Mer 29447
s. Felice

30 Gio 30446
s. Felice

31 Ven 31445
s. Felice

12 DICEMBRE 2019

LUN 2 9 16 23 30
MAR 3 10 17 24 31
MIG 4 11 18 25
GIO 5 12 19 26
VEN 6 13 20 27
SAB 7 14 21 28
DOM 1 8 15 22 29

13 GENNAIO 2020

LUN 3 10 17 24
MAR 4 11 18 25
MER 5 12 19 26
GIO 6 13 20 27
VEN 7 14 21 28
SAB 8 15 22 29
DOM 2 9 16 23

PA103 Fiori

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

- f.to calendario: cm 29x47 ca
- f.to testata: cm 29x9 ca
- imballo: pz. 100

IL LINGUAGGIO DEI FIORI

Ogni appassionato di fiori sa bene che i fiori hanno un linguaggio proprio. Essi esprimono un dato sentimento in una forma piuttosto che in un'altra e come dichiara un importante psicologo: "I fiori sono una perfetta copia della vita umana" si seminano, crescono, sbocciano e appassiscono. Il cosiddetto linguaggio dei fiori, conosciuto anche come florigrafia, fu un modo di comunicazione molto usato nell'Ottocento del romanticismo. In realtà l'attribuzione di un significato simbolico ai fiori e alle piante risale fin all'antichità e nel Medioevo e nel Rinascimento ai fiori si attribuirono spesso significati morali.

La Simbologia

1. FIORI PER ESPRIMERE AMICIZIA

I fiori che esprimono l'Amicizia sono il Glicine che simboleggia la dolcezza e la disponibilità e quindi in un certo senso è adatto per un'amica, la Fregesia simbolo di "amor platonico", quindi anch'essa adatta per essere regalata in amicizia, il Fioridallo che esprime "amicizia sincera", poi infine abbiamo l'Acacia e il Mugugno.

2. FIORI PER ESPRIMERE AMORE

È impensabile non associare le rose rosse all'amore, ma ci sono altri fiori con i quali è possibile comunicare questo sentimento. Il Tulipano che nella variante rossa esprime un modo per dichiarare il proprio amore e in quella gialla simbolo di amore disperato, il Gerofano rosa, che significa amore reciproco, la Primula che simboleggia il primo amore, l'iris giallo ardore e passione, l'ibisco passione fisica ed il Cichlidamo che significa amore ma senza pretese.

3. FIORI PER ESPRIMERE FELICITÀ

Ci sono diverse varietà di fiori che possono rappresentare o esprimere felicità, uno tra tanti è il Fioridallo che simboleggia la Felicità e la Dedicazione che arrivano con il primo amore. Regalare un mazzo di Narcisi indica Gioia e Felicità così come il Anemone. La Pappaia fiore che simboleggia una vita felice o un matrimonio felice, quindi molto indicata in questa circostanza. Infine abbiamo il Trionchetto della Felicità, si tratta di una delle piante più vendute dai fioristi, proprio per il suo significato.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Tantissime varietà di fiori per colorare i tuoi giorni



PA105 Favole

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

f.to calendario: cm 29x47 ca

f.to testata: cm 29x9 ca

imballo: pz. 100

Gennaio 2020

CAPRICORNO 22/12 - 20/01

1	DOM	17	VEN	3	SAB
2	LUN	18	SAB	4	SAB
3	MAR	19	DOM	5	SAB
4	GIO	20	LUN	6	SAB
5	VEN	21	MAR	7	SAB
6	SAB	22	MER	8	SAB
7	SAB	23	GIO	9	SAB
8	SAB	24	VEN	10	SAB
9	SAB	25	SAB	11	SAB
10	SAB	26	DOM	12	SAB
11	SAB	27	LUN	13	SAB
12	SAB	28	MAR	14	SAB
13	SAB	29	MER	15	SAB
14	SAB	30	GIO	16	SAB
15	SAB	31	VEN	17	SAB
16	SAB			18	SAB

BIANCANEVE E I 7 NANI

C'era una volta una bella principessa di nome Biancaneve: aveva i capelli neri come l'ebano, la bocca rossa come una rosa e la carnagione bianca come la neve. La sua cattiva matrigna, la regina, possedeva uno specchio magico, e ci rivolgeva sempre la stessa domanda: "Specchio, servo delle mie brame, chi è la più bella del reame?". E sempre lo specchio rispondeva: "Sei tu la più bella del reame!". Ma la regina, temendo che un giorno la bellezza della principessa superasse la sua, vesti la piccola di stracci e la costrinse ai lavori più pesanti. Biancaneve, però era sempre allegra e cresceva più grassa che mai. Così un giorno, lo specchio disse che era lei la più bella del reame. Arrabbiatissima, la regina incaricò allora un cacciatore di ucciderla. Ma l'uomo non ne ebbe il coraggio: suggerì alla fanciulla di fuggire e non tornare mai più alla reggia. Biancaneve corse via spaventata e si rifugiò nel bosco buio. Laggiù scorse una casetta. "Ei permesso?" chiese, entrando. Non c'era nessuno. I proprietari erano sette nani del bosco: Dotto, Gorgoglio, Pisolo, Eolo, Brontolo, Mammolo e Cucciolo. Ai loro ritorni, rimasero meravigliati nel trovare un'estranea in casa. "Sono Biancaneve," si presentò allora la principessa e raccontò la sua triste storia. I nanetti, commossi, l'invitarono a rimanere a vivere con loro. Ma la regina scoprì che Biancaneve era ancora viva. Grazie a un filtro magico, si trasformò in una strega e avvelenò una mela. Poi si recò nel bosco e, fingendosi una mendicante, offrì a Biancaneve la mela stregata. "Coraggio, dalle un morso!" Non appena la fanciulla l'ebbe assaggiata, par incantesimo, cadde in un sonno profondo. Intanto gli animali del bosco erano corsi ad avvertire i nani. "Eccola là!" sciamarono, vedendo la strega che si allontanava veloce. Mentre la inseguirono, scoppiò un terribile temporale. La malvagia regina si arrampicò fin sulla cima di un profondo burrone. Proprio allora, un fulmine la fece precipitare dalla roccia. I nani decisero di costruire un'urna di cristallo e oro, dove deposero Biancaneve. Finché un giorno passò di là un principe, che rimase incantato dalla bellezza della giovane. Sceso da cavallo, la baciò. Quel bacio ruppe l'incantesimo e Biancaneve si svegliò. Che gioia per tutti! Biancaneve e il principe si sposarono e vissero sempre felici e contenti.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Sogna e **stimola l'immaginazione** con queste magiche fiabe



PA107 Cavalli

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**

☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**

☑ imballo: **pz. 100**

NOVITÀ
2020



Gennaio 2020

17 VEN s. Antonio abate 13:28 1 Sa 13:28

18 SAB s. Liberata 16:38 2 Do 16:38

19 DOM s. Marco 19:47 3 Ma 19:47

20 LUN s. Sotterano e Fabiano 20:58 4 Me 20:58

21 MAR s. Agnese 21:55 5 Me 21:55

22 MER s. Vincenzo 22:34 6 Gi 22:34

23 GIO s. Eusebio 23:30 7 Ve 23:30

24 VEN s. Francesco di Sales 24:30 8 Sa 24:30

25 SAB Conventi di s. Paolo 25:36 9 Do 25:36

26 DOM s. Tito e Testate 26:32 10 Ma 26:32

27 LUN s. Tommaso d'Aquino 27:32 11 Ma 27:32

28 MAR s. Costantino 28:32 12 Me 28:32

29 MER s. Marina 29:32 13 Gi 29:32

30 GIO s. Giovanni Battista 30:32 14 Ve 30:32

31 VEN s. Marco 31:32 15 Sa 31:32

16 GIO s. Michele 16:30 16 Do 16:30

17 VEN s. Antonio abate 17:30 17 Ma 17:30

18 SAB s. Liberata 18:30 18 Me 18:30

19 DOM s. Marco 19:30 19 Gi 19:30

20 LUN s. Sotterano e Fabiano 20:30 20 Ve 20:30

21 MAR s. Agnese 21:30 21 Sa 21:30

22 MER s. Vincenzo 22:30 22 Do 22:30

23 GIO s. Eusebio 23:30 23 Ma 23:30

24 VEN s. Francesco di Sales 24:30 24 Me 24:30

25 SAB Conventi di s. Paolo 25:30 25 Gi 25:30

26 DOM s. Tito e Testate 26:30 26 Sa 26:30

27 LUN s. Tommaso d'Aquino 27:30 27 Do 27:30

28 MAR s. Costantino 28:30 28 Ma 28:30

29 MER s. Marina 29:30 29 Me 29:30

30 GIO s. Giovanni Battista 30:30 30 Gi 30:30

31 VEN s. Marco 31:30 31 Sa 31:30



CAVALLI: LE RAZZE

Frisone
Una delle razze equine più antiche d'Europa. Originario dei Paesi Bassi, è famoso nel mondo per la folta e lunga criniera riccioluta. Per lo standard di razza il colore ammesso è solo quello morello (nero).

Akhal-Teke (l'incredibile "cavallo celeste")
È una delle più belle e antiche razze equine del mondo. È stata selezionata storicamente dalla tribù Traké, e per questa popolazione è simbolo nazionale.

Percheron
Cavallo da tiro pesante, forte e infaticabile, originario del distretto delle Perche in Francia.

Trakehner
Razza equina tedesca nata ufficialmente nel 1732 per scopi militari del Regno di Prussia. Oggi è uno dei cavalli da sella più apprezzati e utilizzati al mondo.

Rocky Mountain
Razza equina di origine americana dal mantello scuro e da criniera e coda bianca, docile e gentile è perfettamente adatto a chi deve imparare a cavalcare e per le escursioni turistiche.

Purosangue Arabo
Altra razza equina tra le più antiche e conosciute. Cavallo nobile, dal fisico fine e delicato, pelo corto e lucente. Cavallo veloce e nervoso, ha bisogno di un fantino esperto.

Fjord
Cavallo dall'estetica molto particolare, si pensa che popoli le regioni scandinave sin dalla preistoria. Poco più grande di un pony, gli somiglia nella taglia e nel fisico.

Shire
Cavallo adatto al tiro pesante, non teme lo sforzo fisico e la stanchezza. Imponente nella struttura e nella grandezza degli zoccoli, ha la particolarezza degli stinchi ricoperti da lunghe ciocche di pelo il carattere è docile e tranquillo.

Orlov
Razza che prende il nome dal suo creatore, il conte russo Orlov, che nel 1788 cominciò a sperimentare la selezione. È utilizzato soprattutto per migliorare altre razze.

Gypsy Vanner
Questo cavallo conosciuto anche come Tinker o "Cavallo Zingaro", è originario della Gran Bretagna e riconoscibile per il mantello pezzato.

Krabstrupper
Cavallo di origine danese che conquistò grande popolarità durante il periodo napoleonico. Abbastanza docile e oggi impiegato soprattutto in scuole di equitazione.

American Paint
Questo fu uno delle razze che gli spagnoli portarono nell'America Nuova. Nelle immense lande americane molti si incrociarono e molte popolazioni indiane ne furono affascinate.

Appaloosa
Il cavallo è originario cavallo del Nord America, cavalcato dagli indiani per cacciare il bisonte. Il suo nome deriva dal termine "Palouse" che dominava i territori dei primi allevatori. La caratteristica che risalta subito agli occhi è cobice e ovviamente la insolita maculatura del mantello.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Curiosità, caratteristiche e segreti sui nostri amici cavalli



PA108 Cani e Gatti

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**

☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**

☑ imballo: **pz. 100**

Gennaio 2020

1 Mer	2 Gio	3 Ven	4 Sab	5 Dom	6 Lun	7 Mar	8 Mer	9 Gio	10 Ven	11 Sab	12 Dom	13 Lun	14 Mar	15 Mer	16 Gio	17 Ven	18 Sab	19 Dom	20 Lun	21 Mar	22 Mer	23 Gio	24 Ven	25 Sab	26 Dom	27 Lun	28 Mar	29 Mer	30 Gio	31 Ven
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

Alimentazione

La piramide alimentare

- 1° GRADINO:** l'acqua costituisce dal 60 all'80% del peso corporeo dell'animale. Tranne in rarissimi casi, l'acqua dovrebbe sempre essere a loro disposizione.
- 2° GRADINO:** le proteine, veri e propri mattoni dell'organismo. Sono formate da composti più semplici chiamati amminoacidi. Vengono spesso descritte come la "struttura portante" delle cellule perché svolgono un ruolo strutturale in tutte le pareti cellulari.
- 3° GRADINO:** carboidrati, composti organici che hanno la funzione principale di riserva e trasporto dell'energia. Inoltre hanno un ruolo fondamentale nella costruzione e mantenimento delle cartilagini e del sistema immunitario dell'animale.
- 4° GRADINO:** i lipidi che insieme ai carboidrati e alle proteine forniscono energia per l'animale e permettono l'assorbimento di altre sostanze fondamentali come le vitamine liposolubili.
- 5° GRADINO:** i minerali suddivisi in due grosse categorie: microminerali, utili in quantità più elevate e macrominerali, utili in quantità più esigue.
- 6° GRADINO:** le vitamine importantissime per molti processi biologici e indispensabili per il corretto funzionamento dell'organismo.

Una corretta alimentazione

Una corretta alimentazione per cane e gatto deve comprendere tutti quegli elementi che servono all'organismo per svolgere le proprie funzioni: gli elementi nutritivi o nutrienti. Per capire al meglio e al possibile raggrupparli in una vera e propria piramide alimentare, dove alla base si trovano quelli che dovrebbero essere presenti in quantità maggiori.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Alimentazione corretta e curiosità sui nostri amici a 4 zampe



GENNAIO 2020

"Forché indichiti di Dideroni, indichiti Roma. Concedo anche il Colosseo, perché il mondo lo ha." Antica profeta

1 Mer	1996	Sant. 1	17 Ven	1996
2 Gio	2094		18 Sab	2094
3 Ven	2093		19 Dom	2093
4 Sab	2092		20 Lun	2092
5 Dom	2091		21 Mar	2194
6 Lun	2090	Sant. 2	22 Gio	2294
7 Mar	2088		23 Gio	2294
8 Mer	2088		24 Ven	2292
9 Gio	2087		25 Sab	2291
10 Ven	1995		26 Dom	2090
11 Sab	1185		27 Lun	2029
12 Dom	1034	Sant. 3	28 Mar	2028
13 Lun	1920		29 Mer	2028
14 Mar	1482		30 Gio	2026
15 Mer	1501		31 Ven	2125
16 Gio	1620			

DICEMBRE 2019

LUN	2	9	16	23	30
MAR	3	10	17	24	31
MER	4	11	18	25	
GIO	5	12	19	26	
VEN	6	13	20	27	
SAB	7	14	21	28	
DOM	1	8	15	22	29

FEBBRAIO 2020

LUN	3	10	17	24	
MAR	4	11	18	25	
MER	5	12	19	26	
GIO	6	13	20	27	
VEN	7	14	21	28	
SAB	1	8	15	22	29
DOM	2	9	16	23	

PA109 Roma

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

f.to calendario: cm 29x47 ca

f.to testata: cm 29x9 ca

imballo: pz. 100

ROMA LA CITTÀ ETERNA

La costruzione del Colosseo, l'anfiteatro più grande dell'impero romano, ebbe inizio nel 72 d.C. per ordine di Vespasiano. Si tratta di un edificio progettato per cambiare il rapporto tra potere e popolo per sempre: divertimento e distrazione offerti al popolo gratuitamente. Era usato per mostrare lotte tra gladiatori e scene di caccia con animali esotici e feroci. Si calcola che la sua capacità fosse intorno a 70 mila persone.

IL COLOSSEO AI GIORNI D'OGGI

Oggi è possibile visitare e capire come funzionava il sistema teatrale sotterraneo, con montacarichi, rampe e trappole che servivano a far comparire animali e gladiatori. Oggi, per motivi di sicurezza, il Colosseo può ospitare massimo 3.000 persone.

VISITARE IL COLOSSEO

ORARI DI VISITA

Il Colosseo è aperto tutti i giorni con i seguenti orari:
 08.30 - 16.30; dall'ultima domenica di ottobre al 15 febbraio.
 08.30 - 17.00; dal 16 febbraio al 15 marzo.
 08.30 - 17.30; dal 16 all'ultimo sabato di marzo.
 08.30 - 19.15; dall'ultima domenica di marzo fino al 31 agosto.
 08.30 - 19.00; dal 1 al 30 settembre.
 08.30 - 18.30; dal 1 all'ultimo sabato di ottobre.

IL PREZZO DEI BIGLIETTI

Euro 12,00; prezzo intero.
 Euro 7,50; per i cittadini della Unione Europea tra i 18 e i 25 anni.
 Gratuito; per tutti i cittadini sotto i 18 anni.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Storia ed attrazioni della città eterna



Cabala Tombala

1 Mercoledì (Festività) 7 pag.

2 Giovedì (Festività) 7 pag.

3 Venerdì (Festività) 7 pag.

4 Sabato (Festività) 7 pag.

5 Domenica (Festività) 7 pag.

6 Lunedì (Festività) 7 pag.

7 Martedì (Festività) 7 pag.

8 Mercoledì (Festività) 7 pag.

9 Giovedì (Festività) 7 pag.

10 Venerdì (Festività) 7 pag.

11 Sabato (Festività) 7 pag.

12 Domenica (Festività) 7 pag.

13 Lunedì (Festività) 7 pag.

14 Martedì (Festività) 7 pag.

15 Mercoledì (Festività) 7 pag.

16 Giovedì (Festività) 7 pag.

17 Venerdì (Festività) 7 pag.

18 Sabato (Festività) 7 pag.

19 Domenica (Festività) 7 pag.

20 Lunedì (Festività) 7 pag.

21 Martedì (Festività) 7 pag.

22 Mercoledì (Festività) 7 pag.

23 Giovedì (Festività) 7 pag.

24 Venerdì (Festività) 7 pag.

25 Sabato (Festività) 7 pag.

26 Domenica (Festività) 7 pag.

27 Lunedì (Festività) 7 pag.

28 Martedì (Festività) 7 pag.

29 Mercoledì (Festività) 7 pag.

30 Giovedì (Festività) 7 pag.

31 Venerdì (Festività) 7 pag.

DICEMBRE 2019

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

gen
na
io
20
20

FEBBRAIO 2020

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

La Tombola Napoletana Cartelle

16	21	31	42	60	
1	18	33	53	62	
2		38	55	69	74
7		34	69	72	85
	24	38	51	73	89
8	18	39	40		75
1	13	21		62	84
4	16		52	70	86
17	23		57	73	89
1		40	57	70	83
2	12	29	49		85
5	14	32	59	65	

17	24	31	41	51		
2	25	43		70	81	
	36	44	52	63	85	
10	22		63	77	80	
2	25		53	65	84	
17	28	31		57	69	
7	10		30	40	52	
	12		33	46	63	75
8	16		35	47		77
10		34	54	71	88	
3	11	25		68	75	
9	13		42	57	76	

PA114 Cabala

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**

☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**

☑ imballo: **pz. 100**

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

Ritaglia
le **cartelle stampate**
sul **retro** e il **tabellone**
in **ultima pagina**

RETRO IN QUADRICROMIA



Dicembre 2019							Febbraio 2020						
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
2	3	4	5	6	7	8	3	4	5	6	7	8	9
9	10	11	12	13	14	15	10	11	12	13	14	15	16
16	17	18	19	20	21	22	17	18	19	20	21	22	23
23/30	24/31	25	26	27	28	29	24	25	26	27	28	29	

2020

GENNAIO

1	Mercoledì 1-365 Maria Madre di Dio - Cipodemo
2	Giovedì 2-364 ss. Basilio e Gregorio
3	Venerdì 3-363 s. Genoveffa
4	Sabato 4-362 ss. Trifone e Giacinto
5	Domenica 5-361 s. Anna
6	Lunedì 6-360 Epifania di N.S.
7	Martedì 7-359 s. Raimondo di Peafort
8	Mercoledì 8-358 s. Massimo
9	Giovedì 9-357 s. Giuliano
10	Venerdì 10-356 s. Alessio
11	Sabato 11-355 s. Igino
12	Domenica 12-354 Battesimo di Gesù
13	Lunedì 13-353 s. Ilario
14	Martedì 14-352 s. Felice
15	Mercoledì 15-351 s. Mauro
16	Giovedì 16-350 s. Marcello

PA115 Quattro Stagioni

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

f.to calendario: cm 29x47 ca

f.to testata: cm 29x9 ca

imballo: pz. 100

GLI SPORT INVERNALI

GLI SPORT SUL GHIACCIO

Il più tradizionale sport sul ghiaccio è il pattinaggio, da quello artistico di figura a quello di velocità. Lo sport di squadra storico è l'hockey, nato dal più antico gioco del bandy, che si può giocare sui pattini o su slittini. Una delle pratiche più diffuse recentemente è il curling, lo sport di squadra simile alle bocce, giocato con grosse pietre che scivolano sulla superficie. Seguono le attività legate alla slitta: il bob, lo slittino, lo skeleton.

GLI SPORT SULLA NEVE

Gli sport sulla neve richiedono generalmente l'utilizzo di sci: lo sci alpino, lo sci alpinismo, lo sci di fondo, il salto con gli sci e il salto con gli sci freestyle, il chilometro lanciato, il carving, lo sci escursionismo, la combinata nordica e l'originale biathlon. Completano il quadro le attività che si servono di attrezzature diverse dagli sci: la corsa con cani da slitta, lo slittino su pista, lo snowboard e lo snow bike, ovvero la mountain bike sulla neve.

SCELTA DELLA LOCALITÀ

In Abruzzo sono perfette le località di Ovindoli e Campo Imperatore. In Piemonte Limone Piemontese offre piste soleggiate e ben esposte e soleggiate. In Friuli, oltre la neve, troverete piccoli comprensori, tradizioni, borghi e eventi gastronomici da non perdere. Le Dolomiti sono, invece, la scelta adatta a chi vuole innamorarsi della montagna e non bada alle spese. I paesaggi e le atmosfere saranno capaci di chiamarvi a una seconda esperienza.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

Attività e caratteristiche delle 4 stagioni

RETRO IN QUADRICROMIA



PA116 Città d'Italia

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**

☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**

📦 imballo: **pz. 100**

GENNAIO 2020

1 Mer	17 Ven
2 Gio	18 Sab
3 Ven	19 Dom
4 Sab	20 Lun
5 Dom	21 Mar
6 Lun	22 Mer
7 Mar	23 Gio
8 Mer	24 Ven
9 Gio	25 Sab
10 Ven	26 Dom
11 Sab	27 Lun
12 Dom	28 Mar
13 Lun	29 Mer
14 Mar	30 Gio
15 Mer	31 Ven
16 Gio	

FIRENZE

Firenze è una città che ha mantenuto inalterato lo splendore del passato. Così si presenta Firenze, capoluogo della Toscana. Una città incantevole che non smette mai di sorprendere, con i suoi capolavori d'arte e i marmi colorati delle chiese.

PIAZZA DEL DUOMO
Cuore pulsante di Firenze è Piazza del Duomo, con il complesso monumentale della Basilica di Santa Maria del Fiore. Piazza della Signoria rappresenta il polo storico della vita civile e ospita la trecentesco Loggia dei Lanzi, la Fontana di Nettuno e il Palazzo della Signoria o Palazzo Vecchio.

GALLERIA DEGLI UFFIZI
Accanto alla piazza vi è la maestosa Galleria degli Uffizi che raccoglie opere di Botticelli, Michelangelo e Leonardo da Vinci. Tra Piazza del Duomo e Piazza della Signoria sorgono tesori architettonici come la Chiesa di Orsanmichele e il duecentesco Palazzo del Bargello.

PONTE VECCHIO
Attraverso l'antico e suggestivo Ponte Vecchio si raggiunge il quartiere di Oltrarno, dove si incontra la scenografica piazza dominata da Palazzo Pitti, l'imponente e sfarzoso palazzo che fu residenza dei Medici e dei Lorena, con il meraviglioso Giardino di Boboli.

Baccalà alla fiorentina

INGREDIENTI
Baccalà 800 gr, pomodori 100 gr, 10 gr farina, 3 spicchi d'aglio, olio extra vergine d'oliva qb, pepe nero qb.

PREPARAZIONE
Per preparare il baccalà alla fiorentina, come primo cosa tagliate il baccalà in filetti ed infornatelo in una padella con l'olio, rosolate 3 spicchi d'aglio schiacciati, aggiungete il baccalà e lasciatelo rosolare da entrambi i lati, muovendolo spesso per non farlo attaccare alla padella. Insaporite con il pepe macinato fresco ed aggiungete la passata di pomodoro diluita con un goccio d'acqua, lasciate cuocere per 10 minuti a fiamma dolce. Servite il baccalà alla fiorentina caldo con il suo sugo di cottura.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Italia: da Nord a Sud
un percorso fra città,
culture e sapori



Bali Indonesia

Gennaio 2020

1 Do 1 MER 2 Gio 3 Ven 4 Sab 5 Dom 6 Lun 7 Mar 8 Mer 9 Gio 10 Ven 11 Sab 12 Dom 13 Lun 14 Mar 15 Mer 16 Gio 17 Ven 18 Sab 19 Dom 20 Lun 21 Mar 22 Mer 23 Gio 24 Ven 25 Sab 26 Dom 27 Lun 28 Mar 29 Mer 30 Gio 31 Ma

Capricorno 22/12 - 20/01

Feb 2020

SOLE Equinoz 12 23:58
 Solstizio 21 05:27
 Equinoz 20 18:58
 Solstizio 19 01:28

LUNA Luna piena 12 01:28
 Luna nuova 21 01:28
 Luna piena 29 01:28
 Luna nuova 28 01:28

SOLE Equinoz 12 23:58
 Solstizio 21 05:27
 Equinoz 20 18:58
 Solstizio 19 01:28

LUNA Luna piena 12 01:28
 Luna nuova 21 01:28
 Luna piena 29 01:28
 Luna nuova 28 01:28

PA117 Paesaggi

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

- f.to calendario: cm 29x47 ca
- f.to testata: cm 29x9 ca
- imballo: pz. 100

bali indonesia

Clima e temperature

Min.	23	23	23	23	22	22	22	23	23
Max.	31	31	31	31	30	29	29	30	31

L'ISOLA DEI TEMPI
 Le attrazioni principali di Bali sono principalmente i suoi svariati templi. Il tempio Tanah Lot è famoso per la sua posizione straordinaria su una piccola isola della costa orientale. Poi c'è il tempio di Ulun Danu Batur, un grande complesso situato nei pressi del lago di Bratan, nel cuore di Bali. Questo gruppo di templi è circondato dall'acqua, quasi come galleggiasse, e il riflesso dei templi sul lago è particolarmente sorprendente al tramonto o all'alba.

LE SPIAGGE BIANCHE DI BALI
 Con l'oceano indonesiano da una parte e il Mar di Giava dall'altra, le spiagge tropicali circondano l'intera isola. Le spiagge di Bingin, ad esempio, dalla sabbia bianca e dalle limpide acque azzurre, è perfetta per fare surf. Per raggiungere la spiaggia di Nyang-Nyang stessa, dovete scendere una rampa di ripidi scalini, ma una volta arrivati vi troverete ricompensati da una spiaggia paradisiaca.

Come arrivare
 Bali è raggiungibile per via aerea grazie all'Aeroporto Internazionale I Gusti Ngurah Rai sito in Denpasar. Con il transito di oltre 16.000.000 di passeggeri all'anno, è il secondo aeroporto dell'Indonesia dopo quello di Jakarta. Dall'Italia si può raggiungere Bali con le principali compagnie aeree internazionali.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Rilassati con questi magnifici paesaggi di spiagge e montagne del mondo



PA118 Città e Meraviglie del Mondo

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

f.to calendario: **cm 29x47 ca**

f.to testata: **cm 29x9 ca**

imballo: **pz. 100**

Gennaio **2020** CAPRICORNO 23 DIC 20 GEN

1	Mer	Sett. 1
2	Gio	
3	Ven	
4	Sab	
5	Dom	
6	Lun	Sett. 2
7	Mar	
8	Mer	
9	Gio	
10	Ven	
11	Sab	
12	Dom	
13	Lun	Sett. 3
14	Mar	
15	Mer	
16	Gio	
17	Ven	
18	Sab	
19	Dom	
20	Lun	Sett. 4
21	Mar	
22	Mer	
23	Gio	
24	Ven	
25	Sab	
26	Dom	
27	Lun	Sett. 5
28	Mar	
29	Mer	
30	Gio	
31	Ven	

Meraviglie del Mondo **Taj Mahal, India**

Il Sole | **SPICCE** | **TRAMONTO** | **LA LUNA** | **2 F.L.** | **GIORNI** | **5,45**
 1° SPICCE: 07:28 | 1° TRAMONTO: 18:45 | 1° LUNA: 19:46 | 2° LUNA: 20:22
 2° SPICCE: 08:00 | 2° TRAMONTO: 18:15 | 2° LUNA: 19:46 | 3° LUNA: 20:22
 3° SPICCE: 08:33 | 3° TRAMONTO: 17:44 | 3° LUNA: 19:46 | 4° LUNA: 20:22
 4° SPICCE: 09:06 | 4° TRAMONTO: 17:13 | 4° LUNA: 19:46 | 5° LUNA: 20:22
 5° SPICCE: 09:39 | 5° TRAMONTO: 16:42 | 5° LUNA: 19:46 | 6° LUNA: 20:22

Il Taj Mahal

Il Taj Mahal è un luogo noto anche come il "Palazzo della Corona" ed una delle sette meraviglie del mondo moderno. È un complesso di edifici con oltre 3 secoli di storia. Situato ad Agra, il Taj Mahal è qualcosa di unico per tutti i sensi.

LA STRUTTURA
 Il Taj Mahal è una struttura alta nel suo punto più elevato 68 metri ed è posto al di sopra di una sovralevazione di forma quadrata dove ai suoi quattro vertici sono posti quattro minareti. L'edificio è un rettangolo sovrastato da un arco ogivale la cui forma viene ripresa, poi, in ogni parte della struttura. Ai lati di ogni apertura dell'edificio inoltre è posto un pinnacolo di forma ottagonale alto e stretto che supera in altezza il tetto. Per quanto le pareti siano interamente rivestite di marmi, la struttura portante è stata realizzata in pietra arenaria rossa ed è sovrastata da cinque cupole.

ORARI E COSTO DI VISTA
 Il mausoleo si può visitare tutti i giorni, tranne il venerdì dalle 6 alle 19, il biglietto d'ingresso ha il costo di 750 rupie, che corrispondono indicativamente a 10 euro.

CLIMA E TEMPERATURE

MIN	7	10	15	21	26	29	27	25	24	19	11	8
MAX	22	25	31	37	41	40	34	32	33	33	29	24

ITINERARIO DI VIAGGIO
 Il Taj Mahal si trova a Agra, una città con oltre 1 milione e mezzo di abitanti situata a 200 km dalla capitale indiana. L'aereo è il modo più veloce per raggiungerlo, Agra ha il suo aeroporto a 7 km dal centro della città, inoltre la Indian Airlines copre la zona di Agra con diversi voli al giorno. Giunti ad Agra, per raggiungere il Taj, potrete usufruire di taxi, risciò o biciclette che vi condurranno direttamente a destinazione.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Scopri queste **12 meraviglie:**
 i posti più belli ed affascinanti
 del mondo.



Gennaio 2020

1 Do	1 MER	15 GIU	17 VEN	1 SET
2 Lu	2 GIO	16 GIU	18 SAB	2 DO
3 Ma	3 VEN	17 GIU	19 DOM	3 Lu
4 Mi	4 SAB	18 GIU	20 LUN	4 Ma
5 Gi	5 DOM	19 GIU	21 MAR	5 Me
6 Ve	6 LUN	20 GIU	22 MER	6 Gi
7 Sa	7 MAR	21 GIU	23 GIO	7 Ve
8 Do	8 MER	22 GIU	24 VEN	8 Sa
9 Lu	9 GIO	23 GIU	25 SAB	9 Do
10 Ma	10 VEN	24 GIU	26 DOM	10 Lu
11 Mi	11 SAB	25 GIU	27 LUN	11 Ma
12 Gi	12 DOM	26 GIU	28 MAR	12 Me
13 Ve	13 LUN	27 GIU	29 MER	13 Gi
14 Sa	14 MAR	28 GIU	30 GIO	14 Ve
15 Do	15 MER	29 GIU	31 VEN	15 Sa
16 Lu	16 GIO	30 GIU		16 Do
17 Ma		31 GIU		17 Lu
18 Mi				18 Ma
19 Gi				19 Me
20 Ve				20 Gi
21 Sa				21 Ve
22 Do				22 Sa
23 Lu				23 Do
24 Ma				24 Lu
25 Mi				25 Ma
26 Gi				26 Me
27 Ve				27 Gi
28 Sa				28 Ve
29 Do				29 Sa
30 Lu				30 Do
31 Ma				31 Lu

PA120 Fondali Marini del Mondo

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

f.to calendario: **cm 29x47 ca**

f.to testata: **cm 29x9 ca**

imballo: **pz. 100**

FONDALI MARINI

LA BARRIERA CORALLINA

La Grande Barriera Corallina, lunga 2.300 km, è il più vasto sistema corallino del mondo. È visitabile facendo immersioni, snorkeling, escursioni in barca con fondo di vetro, su moto d'acqua, in semisommersibile, barca a vela, con un volo aereo o perfino con il paracadute per immergerti completamente in questa meraviglia del pianeta. La Grand Barrier Reef è abitata da moltissime specie animali che si sono diversificate ed evolute nell'arco di 18.000 anni. Si contano ben oltre 4.000 specie di molluschi, altrettante varietà di spugne e circa 350 specie di echinodermi, ovvero ricci di mare e stelle marine. Caratteristica della barriera corallina australiana è la presenza del dugongo, un particolare tricheco che ha ispirato la leggenda delle sirene.

LA SCHIUSA DELLE UOVA DI TARTARUGA

Ogni anno sulla costa nord del Queensland le tartarughe raggiungono la riva per depositare le uova che si schiudono dopo un paio di mesi. Il sito riproduttivo di Mon Repos vicino a Bundaberg è uno dei più accessibili in Australia.

SNORKELING A MAGNETIC ISLAND

Noleggio maschera e boccaglio per esplorare la barriera corallina dell'isola Magnetic Island è a soli 25 minuti di traghetto da Townsville e offre la possibilità di effettuare escursioni subacquee.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Tuffati nel **mondo sommerso**
e scopri fantastici fondali



PA131 Pub e Birra

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**

☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**

☑ imballo: **pz. 100**



Gennaio 2020 *due mila ventì*

1 Mer	1996	Sant'1	17 Ven	1999
2 Gio	2004		18 Sab	1998
3 Ven	2003		19 Dom	1997
4 Sab	2002		20 Lun	2000
5 Dom	2001		21 Mar	2006
6 Lun	2000	Sant'2	22 Mer	2004
7 Mar	1999		23 Gio	2003
8 Mer	2002		24 Ven	2002
9 Gio	2001		25 Sab	2001
10 Ven	2000		26 Dom	2000
11 Sab	1999		27 Lun	2008
12 Dom	1998		28 Mar	2007
13 Lun	1997	Sant'3	29 Mer	2006
14 Mar	1996		30 Gio	2005
15 Mer	1995		31 Ven	2004
16 Gio	1994			

Dicembre 2019

LUN	3	10	17	24
MAR	4	11	18	25
MER	5	12	19	26
GIO	6	13	20	27
VEN	7	14	21	28
SAB	1	8	15	22
DOM	2	9	16	23

Febbraio 2020

LUN	3	10	17	24
MAR	4	11	18	25
MER	5	12	19	26
GIO	6	13	20	27
VEN	7	14	21	28
SAB	1	8	15	22
DOM	2	9	16	23

L'IMPRESA DI PUBBLICITÀ, NEL RISPETTO DEL REGOLAMENTO LOCALE, È A CARICO DI CHI LO ESPONE AL PUBBLICO.



le PUBLIC HOUSE

Se la birra è la vostra bevanda preferita molto probabilmente il pub è il tipo di locale pubblico che visitate più frequentemente. Nei paesi anglosassoni è una vera istituzione sociale, ma lo stesso non si può dire dell'Italia, dove l'idea britannica di birreria è stata importata solo negli ultimi decenni. Non è un caso che il concetto di pub nel nostro paese sia evoluto rapidamente, acquisendo caratteristiche del tutto proprie o comunque ben distanti da quelle delle tradizionali birrerie inglesi.

LA RIVOLUZIONE DELLA CUCINA

L'introduzione di birre di livello superiore ha aperto la strada alla commistione con una cucina di qualità, fino a raggiungere un estremo di abbinamenti studiati appositamente. Non solo la birra artigianale è entrata nei menu dei grandi ristoranti, ma ha favorito un ripensamento dell'offerta gastronomica delle stesse birrerie. Negli ultimi anni sono comparsi innumerevoli esempi in questo senso, che hanno fondato il loro successo proprio su un discorso del genere.



UN'ESTETICA RICERCATA

In passato il pub doveva ricordare sin dall'aspetto la controparte anglosassone, per calare il cliente in un ambiente appartenente a un'altra cultura. Oggi non esiste più l'esigenza di allinearsi a simili caratteristiche estetiche. Certo, gli Irish Pub non sono scomparsi, ma accanto ad essi sono nati locali con identità proprie e ben definite. Talvolta sono addirittura chic: il concetto di birreria è riuscito a emanciparsi da connotazioni negative, elevandosi a un livello superiore.



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Scopri il posto giusto dove gustare la tua birra preferita



GENNAIO

1 Mercoledì 1-365
Maria Madre di Dio - Capodanno

2 Giovedì 2-364
ss. Basilio e Gregorio

3 Venerdì 3-363
s. Genoveffa

4 Sabato 4-362
ss. Emetero e Cato

5 Domenica 5-361
s. Amelia

6 Lunedì 6-360
Epifania di N.S.

7 Martedì 7-359
s. Raimondo di Peñafort

8 Mercoledì 8-358
s. Massimo

9 Giovedì 9-357
s. Giuliano

10 Venerdì 10-356
s. Aldo

11 Sabato 11-355
s. Iginio

12 Domenica 12-354
Battesimo di Gesù

13 Lunedì 13-353
s. Ilario

14 Martedì 14-352
s. Felice

15 Mercoledì 15-351
s. Mauro

16 Giovedì 16-350
s. Marcello

La ricetta del mese



Spaghetti alla Scoglia

320 gr spaghetti n° 5 (o bucatini) - 500 gr misto pesce di scoglio fresco (gamberi, cozze, vongole, etc.)
100 ml vino bianco secco - 2 spicchi aglio
1 ciuffo prezzemolo - 1 peperoncino (piccante)
Olio EVO q.b. - sale e pepe q.b.

Porri sul fuoco una pentola con abbondante acqua salata. Nel frattempo metti una padella sul fuoco con un po' d'olio extravergine d'oliva e soffriggi dentro l'aglio tagliato a pezzetti piccoli ed il peperoncino spezzettato. Quando l'aglio sarà dorato, aggiungi nella padella il pesce che avrai in precedenza lavato ed asciugato bene con un panno di cotone pulito. Fai soffriggere a fuoco lento il pesce per un paio di minuti e poi aggiungi anche il vino bianco e fai sfumare il tutto. Metti a cuocere la pasta e scolala quando è ancora al dente, inseriscila nella padella con il pesce e fai saltare bene il tutto, girando il contenuto della padella. Fai cuocere ancora assieme il pesce con la pasta per un paio di minuti, cospargi con abbondante prezzemolo tritato.

17 Venerdì 17-349
s. Antonio abate

18 Sabato 18-348
s. Liberata

19 Domenica 19-347
s. Merio

20 Lunedì 20-346
ss. Sebastiano e Fabiano

21 Martedì 21-345
s. Agnese

22 Mercoledì 22-344
s. Vincenzio

23 Giovedì 23-343
s. Eusebio

24 Venerdì 24-342
s. Francesco di Sales

25 Sabato 25-341
Convers. di s. Paolo

26 Domenica 26-340
ss. Tito e Timoteo

27 Lunedì 27-339
s. Angela Merici

28 Martedì 28-338
s. Tommaso d'Aquino

29 Mercoledì 29-337
s. Costanzo

30 Giovedì 30-336
s. Martina

31 Venerdì 31-335
s. Giovanni Bosco

Dicembre 2019							Febbraio 2020						
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
2	3	4	5	6	7	8	3	4	5	6	7	8	9
9	10	11	12	13	14	15	10	11	12	13	14	15	16
16	17	18	19	20	21	22	17	18	19	20	21	22	23
23-30	24-31	25	26	27	28	29	24	25	26	27	28	29	

PA132 Gastronomia

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

f.to calendario: **cm 29x47 ca**

f.to testata: **cm 29x9 ca**

imballo: **pz. 100**



ALICIE ROLLÉ MARINATE CON ANETO CIPOLLE E PEPE ROSA

INGREDIENTI
Alicie fresche 500 gr, cipolle di Tropea 1, olio EVO q.b., aneto 1 ciuffetto, aceto di vino bianco 50 ml, sale q.b., pepe rosa q.b.

PREPARAZIONE
Pulisci le scoglie eliminando testa, coda e liscia. Sciacquatele e temporalele con carta da cucina. Disponetele in un piatto fondo capiente o in una cirocilla e bagnatele con abbondante aceto. Coprite e fate riposare in frigorifero per una notte (o almeno 8 ore). Treccora questo tempo, scolatele e tagliate la cipolla a rondelle finissime. Componete ora degli strati alternando alicie e cipolle, condendo ogni strato con olio, sale e pepe. Le alicie devono essere completamente coperte di olio. Fate riposare ancora per almeno 8 ore. Servite le alicie marinate con cipolla cosparsa di aneto fresco.

MEDIA

10 MIN

30 MIN

4 PERSONE

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

**Ricette divertenti ed originali
per deliziare il tuo palato**



PA136 **Pizza**

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**

☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**

📦 imballo: **pz. 100**



CICLO 2019		GENNAIO 2020		CICLO 2020	
1	Dom	1	Mer	1	S
2	L	2	Gio	2	D
3	M	3	Ven	3	L
4	M	4	Sab	4	M
5	G	5	Dom	5	M
6	V	6	Lun	6	G
7	S	7	Mar	7	V
8	D	8	Mer	8	S
9	L	9	Gio	9	D
10	M	10	Ven	10	M
11	M	11	Sab	11	M
12	G	12	Dom	12	M
13	V	13	Lun	13	G
14	S	14	Mar	14	V
15	D	15	Mer	15	S
16	L	16	Gio	16	D
17	M	17	Ven	17	L
18	M	18	Sab	18	M
19	G	19	Dom	19	M
20	V	20	Lun	20	G
21	S	21	Mar	21	V
22	D	22	Mer	22	S
23	L	23	Gio	23	D
24	M	24	Ven	24	L
25	M	25	Sab	25	M
26	G	26	Dom	26	M
27	V	27	Lun	27	G
28	S	28	Mar	28	V
29	D	29	Mer	29	S
30	L	30	Gio	30	D
31	M	31	Ven	31	M



REGOLE BASE DELLA PIZZA

La realizzazione della pizza, pur essendo questo un alimento di consumo comune, prevede delle regole rigide da seguire al fine di realizzare un prodotto che rispecchi in pieno stile le caratteristiche culinarie che estetiche della tradizione.

5 REGOLE DA OSSERVARE

- 1. LA PIZZA** è un prodotto artigianale quindi potrebbe presentare delle piccole differenze.
- L'IMPASTO** è realizzato solo con acqua, sale, lievito e farina ed è fatto lievitare per minimo 8 ore.
- IL DISCO DI PASTA** viene steso esclusivamente con le mani. Tale manipolazione determina lo spostamento dell'aria dal centro verso l'esterno del panetto che resta più gonfio e forma il cornicione.
- I PRODOTTI** devono essere preferibilmente di origine campana. Il pomodoro pelato deve essere frantumato a mano, deve risultare non denso e con alcuni pezzi di pelato ancora presenti. Il pomodoro fresco deve essere tagliato a spicchi. La mozzarella di bufala (tagliata a fettine) o il fior di latte (tagliato a listelli) vanno distribuiti uniformemente. Le foglie di basilico fresco sono poste sui condimenti. L'olio extra vergine di oliva viene aggiunto con movimento a spirale.
- LA COTTURA** deve avvenire direttamente sul piano del forno a legna per 60-90 secondi.



I VALORI NUTRIZIONALI

La pizza è il piatto simbolo della dieta mediterranea. Una margherita, con un panetto da 250 gr, ha un valore energetico di circa 800 Kcal, mentre la marinara ha un valore energetico di circa 550 Kcal.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Pizza: la parola italiana più famosa al mondo





Gennaio 2020 duemilaenti

1 Mer 1966 s. Michele di Tro. - Capodanno	17 Ven 1966 s. Antonio abate	Dicembre 2019
2 Gio 1964 s. Felice e Gregorio	18 Sab 1968 s. Lorenzo	LUN 2 9 16 23 30
3 Ven 1963 s. Concetta	19 Dom 1967 s. Mico	MAR 3 10 17 24 31
4 Sab 1962 s. Felice e Calisto	20 Lun 1966 s. Sebastiano e Feliciano	MER 4 11 18 25
5 Dom 1961 s. Elia	21 Mar 1965 s. Giuseppe	GIO 5 12 19 26
6 Lun 1960 Epifania di N.S.	22 Mer 1964 s. Agostino	VEN 6 13 20 27
7 Mar 1958 s. Felice e Adelforo	23 Gio 1963 s. Eusebio	SAB 7 14 21 28
8 Mer 1958 s. Marcellino	24 Ven 1962 s. Francesco di Sales	DOM 1 8 15 22 29
9 Gio 1957 s. Giuliano	25 Sab 1961 s. Costantino	<i>Il Sole</i> SOGGIO TRIANONATA il giorno 1 ore 7,18 ore 16,48 il giorno 20 ore 7,27 ore 16,58
10 Ven 1956 s. Alessio	26 Dom 1960 s. Teodoro	<i>La Luna</i> il giorno 1 ore 5,45 il giorno 13 ore 13,58 il giorno 24 ore 22,42
11 Sab 1955 s. Simeone	27 Lun 1959 s. Angela Merici	Febbraio 2020
12 Dom 1954 s. Valentino di Giaro	28 Mar 1958 s. Francesco d'Assisi	LUN 3 10 17 24
13 Lun 1953 s. Felice	29 Mer 1957 s. Costantino	MAR 4 11 18 25
14 Mar 1952 s. Felice	30 Gio 1956 s. Mercurio	MER 5 12 19 26
15 Mer 1951 s. Marco	31 Ven 1955 s. Giovanni Battista	GIO 6 13 20 27
16 Gio 1950 s. Marco		VEN 7 14 21 28
		SAB 1 8 15 22 29
		DOM 2 9 16 23

L'IMPRESA DI PUBBLICITÀ NEL SEGRETO DEL REDAZIONALE LOCALE È A CARICO DI CHIUSO EDIZIONE IN PUBBLICO

PA138 Pane e Pasta

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**

☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**

☑ imballo: **pz. 100**



LE CARATTERISTICHE PER UN PANE PERFETTO

- Superficie ben levigata
- Volume notevole rispetto al peso
- Mollica elastica ed asciutta con porosità regolare
- Crosta omogenea, di colore dorato e friabile
- Aroma ed sapore caratteristici e gradevoli
- Facilmente masticabile e digeribile
- Rimanere fresco per due o tre giorni o anche più

DIFETTI DA RICONOSCERE

La crosta può essere dura e coriacea, troppo spessa (se la cottura è prolungata, a bassa temperatura) o fragile (quando, al contrario, la temperatura di cottura è elevata) o screpolata (ad esempio se nella camera di lievitazione della pasta c'era un insufficiente grado d'umidità). Quanto alla mollica, la presenza di porosità irregolare con grosse zone vuote (dette "caverne") può essere dovuta a svariate cause. Fra queste: una miscela mal fatta di farine diverse, un'irregolare lavorazione dell'impasto con maturazione insufficiente, la cattiva distribuzione del lievito e/o del sale. La presenza di colore o lievitazione irregolari è invece indice dell'uso di farine mal macinate o ricche di cellulosa, di insufficiente od eccessiva lavorazione, di cottura eseguita male o di eccesso d'acqua nell'impasto.



LA DIGERIBILITÀ

La digeribilità del pane varia con lo stato di freschezza: il pane fresco è poco digeribile, conserva infatti una certa elasticità che gli conferisce resistenza alla masticazione e la saliva ed i succhi gastrici lo idratano meno facilmente. Più indicato per anziani e dispettici è il pane raffermo, in quanto si imbibisce di acqua più facilmente durante la masticazione e diventa più aggredibile da parte degli enzimi digestivi.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

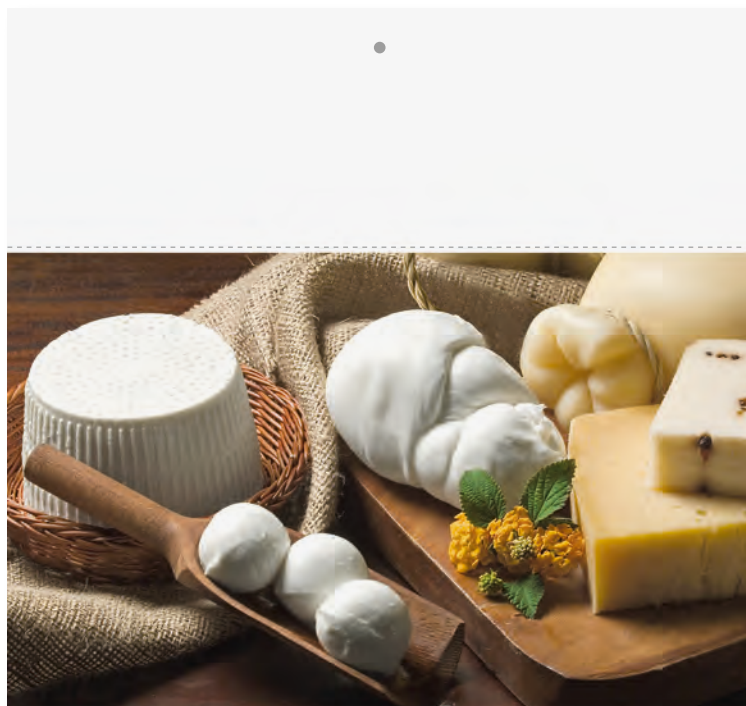
RETRO IN QUADRICROMIA

Caratteristiche,
ricette e proprietà
di pane e pasta



PA140 Prodotti Tipici

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata
- ☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**
- ☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**
- ☑ imballo: **pz. 100**



GENNAIO 2020		FEB 2020	
1 D	1 Mer	17 Ven	1 S
2 L	2 Gio	18 Sab	2 D
3 M	3 Ven	19 Dom	3 L
4 M	4 Sab	20 Lun	4 M
5 G	5 Dom	21 Mar	5 M
6 V	6 Lun	22 Mer	6 G
7 S	7 Mar	23 Gio	7 V
8 D	8 Mer	24 Ven	8 S
9 L	9 Gio	25 Sab	9 D
10 M	10 Ven	26 Dom	10 L
11 M	11 Sab	27 Lun	11 M
12 G	12 Dom	28 Mar	12 M
13 V	13 Lun	29 Mer	13 G
14 S	14 Mar	30 Gio	14 V
15 D	15 Mer	31 Ven	15 S
16 L	16 Gio		16 D
17 M			17 L
18 M			18 M
19 G			19 M
20 V			20 G
21 S			21 V
22 D			22 S
23 L			23 D
24 M			24 L
25 M			25 M
26 G			26 M
27 V			27 G
28 S			28 V
29 D			29 S
30 L			
31 M			



LA MOZZARELLA DI BUFALA

Idee per una ricetta: LA CAPRESE

INGREDIENTI
Mozzarella di bufala 500 gr, 4 pomodori cuore di bue, 1 ciuffo di basilico, 4 cucchiaini di olio EVO, sale marino qb.

PREPARAZIONE
Lavate i pomodori, eliminate il peduncolo centrale e tagliateli a fette regolari di circa 1 cm di spessore. Affettate ora la mozzarella tagliandola sempre a fette. Sciacquate il basilico e fatelo asciugare. Preparate ora il piatto alternando le fette di pomodoro con quelle di mozzarella. Aggiungete l'olio, il sale e aggiungete le foglie di basilico al momento di servire. La vostra insalata caprese è pronta per essere gustata.

La Mozzarella di Bufala Campana d.o.p. è un formaggio da tavola di pasta filata molle derivato da latte intero di bufala (il disciplinare contenuto nel DPR 28/9/1979 prevede, per la produzione della Mozzarella di Bufala, l'utilizzo esclusivo di latte di bufala. In tal modo rimane escluso un impiego anche parziale di latte bovino, altrimenti la Mozzarella non potrebbe essere più denominata "di bufala" ed il latte bovino dovrebbe essere necessariamente incluso tra gli ingredienti di produzione. La mozzarella di bufala campana è un formaggio nutriente, che oltre all'apporto energetico di 288 calorie per etto fornisce circa 16,7 g di proteine, 24,4 g di grassi, pochissimo lattosio e numerosi micronutrienti, in modo particolare calcio e vitamina B12.

- 3 CONSIGLI PER GUSTARLA AL MEGLIO**
1. Deve sempre essere immersa nel suo liquido di governo fino al consumo.
 2. Al momento del consumo deve avere una temperatura di circa 18-20°C.
 3. Se utilizzata come ingrediente va lasciata in frigo per eliminare l'acqua in eccesso.



Calorie	
gr 50	Kcal 136
gr 125	Kcal 340
gr 250	Kcal 680

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Curiosità sull'arte culinaria nostrana ed il fenomeno del **Made in Italy**





GENNAIO 2020

Giorno	Giorno	Festività	Giorno	Giorno	Festività
1	D		17	Ven	San Antonio abate
2	L		18	Sab	San Antonio
3	M		19	Dom	
4	M		20	Lun	
5	G		21	Mar	
6	V		22	Mer	
7	S		23	Gio	
8	D		24	Ven	
9	L		25	Sab	
10	M		26	Dom	
11	M		27	Lun	
12	G		28	Mar	
13	V		29	Mer	
14	S		30	Gio	
15	D		31	Ven	
16	L				
17	M				
18	M				
19	G				
20	V				
21	S				
22	D				
23	L				
24	M				
25	M				
26	G				
27	V				
28	S				
29	D				
30	L				
31	M				

PA142 **Carni**

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

- ☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**
- ☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**
- ☑ imballo: **pz. 100**



SPEZZATINO DI MANZO E PATATE CASERECCHE

INGREDIENTI

- Carne di manzo 300 gr
- Patate 200 gr
- Passata di pomodoro 100 ml
- Cipolla 1
- Concentrato di pomodoro
- Vino bianco 1 bicchiere
- Aglio 1 spicchio
- Rosmarino qb
- Olio EVO qb
- Sale e pepe qb

INFORMAZIONI

- persone: 4
- calorie: 498 kcal
- difficoltà: bassa
- cottura: 45 minuti

PREPARAZIONE

Iniziate la preparazione dello spezzatino di manzo con patate tagliando la carne a pezzettoni non troppo grandi. Inserite la carne dentro una pentola capiente con un filo di olio extravergine di oliva, la cipolla tritata finemente e lo spicchio di aglio intero. Lasciate rosolare bene fino a che la carne non crea una crosticina quindi sfumate con il bicchiere di vino bianco. Quando l'alcool sarà evaporato, aggiungete il pomodoro e il concentrato diluito in un bicchiere di acqua calda. Lasciate cuocere a fuoco medio basso per almeno 25 minuti con coperchio chiuso, girando di tanto in tanto. Nel frattempo lavate le patate e sbucciatele, tagliatele a pezzettoni non troppo grandi e inseritele dentro il tegame con la carne di manzo e pomodoro. Unite anche il rosmarino e se necessario acqua calda. Lasciate cuocere lo Spezzatino di manzo con patate fino a che le patate non saranno morbide, quindi aggiustate di sale e pepe e lasciate rapprendere qualche minuto a temperatura ambiente prima di servire lo spezzatino di manzo con patate ai vostri commensali. Servite lo spezzatino di manzo con patate con dei crostini di pane caldi all'aglio.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Ricette e segreti per preparare
la **carne in modo gustoso**



PA144 Mare in Tavola

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**

☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**

☑ imballo: **pz. 100**



GENNAIO 2020

1 Do	1 MER s. Maria Maddalena e Dioc. Capodiano	17 VEN	s. Antonio abate
2 Lu	2 GIO ss. Desio e Gregorio	18 SAB	s. Liberato
3 Ma	3 VEN s. Genesio	19 DOM	s. Marco
4 Me	4 SAB ss. Eustachio e Cleo	20 LUN	ss. Sebastiano e Fabiano
5 Gi	5 DOM s. Anacleto	21 MAR	s. Agnese
6 Ve	6 LUN Epifania di N.S.	22 MER	s. Vincenz.
7 Sa	7 MAR s. Raimondo di Paolantoni	23 GIO	s. Emerenziana
8 Do	8 MER s. Massimo	24 VEN	s. Francesco di Sales
9 Lu	9 GIO s. Giuliano	25 SAB	Conv. di s. Paolo
10 Ma	10 VEN s. Aldo	26 DOM	ss. Tibia e Teodoro
11 Me	11 SAB s. Igho	27 LUN	s. Angela Merici
12 Gi	12 DOM Battesimo di Gesù	28 MAR	s. Tommaso d'Aquino
13 Ve	13 LUN s. Ilario	29 MER	s. Costanzo
14 Sa	14 MAR s. Felice	30 GIO	s. Martina
15 Do	15 MER s. Marco	31 VEN	s. Giovanni Battista
16 Lu	16 GIO s. Marcello		

IL SOLE 1 giorno 1.20€ 2 giorni 2.40€ 3 giorni 3.60€ 4 giorni 4.80€ 5 giorni 6.00€ 6 giorni 7.20€ 7 giorni 8.40€ 8 giorni 9.60€ 9 giorni 10.80€ 10 giorni 12.00€ 11 giorni 13.20€ 12 giorni 14.40€



Orata all'arancia

Ingredienti

- Vino bianco 150 ml
- Maggiorana 2 cucchiaini
- Fecola di patate
- Orata 2 kg
- Uova 2
- Latte fresco 150 ml
- Burro 200 gr
- Arancio 2
- Limone 1 cucchiaino
- Aglio e spicchi 1
- Olio di oliva EVO qb
- Sale qb
- Pepe qb
- Olive Una dicina

Preparazione

Pulite l'orata e occupatela con delle carte da cucina. Strofinata internamente lo spicchio d'aglio, salitela, pepatela e conditela con dell'olio. Realizzate con un coltello delle incisioni sul pesce e trasferitelo in una pirofila anti-dalci. Preiscaldate il forno a 220 °C. Spolverate l'orata con la maggiorana, salate, pepate e bagnatela con il succo del limone, le olive snocciate e del vino. Mettete in forno a cuocere per 30 minuti. Mettete 25 g di burro, la fecola patate, 5 cucchiaini di latte, 1 uovo ed 1 cucchiaino di sale in un mixer e frullate fino all'ottenimento di un composto omogeneo. Trasferitelo quindi in un pentolino e cuocete a fuoco molto basso mescolando fino ad ottenere una crema densa. Togliete il pestificio dal fuoco, lasciate leggermente intiepidire la salsa ed unire il burro, un pezzo per volta, e inzocate a spatolare. Incorporate 2 o 3 cucchiaini di latte, il succo dell'arancia filtrato e la scorza grattugiata. Mescolate, regolate di sale e tenete a bagnomaria fino al momento di servire. Trasferite l'orata su un piatto di portata, decoratela con le fettine di arancia, copritela con parte della salsa di arancia e servite la rimanenza in una salsera.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

12 profumate ricette
al sapore di Mare



PA148 Coffee & Lounge Bar

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldada

f.to calendario: **cm 29x47 ca**

f.to testata: **cm 29x9 ca**

imballo: **pz. 100**

GENNAIO 2020

CAPRICORNO 22.12 - 20.01

1	Mer	Marù-Madrè di Dio - Capotano	Sett. 1
2	Gio	ss. Sordani-Congona	
3	Ven	ss. Gerocella	
4	Sab	ss. Emate e Cao	
5	Dom	ss. Sordani	
6	Lun	Epifania di N.S.	Sett. 2
7	Mar	ss. Raimondo di Pafurt	
8	Mer	ss. Massimo	
9	Gio	ss. Sordani	
10	Ven	ss. Aldo	
11	Sab	ss. Iginio	
12	Dom	Battesimo di Gesù	
13	Lun	ss. Sordani	Sett. 3
14	Mar	ss. Felice	
15	Mer	ss. Mauro	
16	Gio	ss. Sordani	
17	Ven	ss. Arcangelo	
18	Sab	ss. Liberata	
19	Dom	ss. Sordani	
20	Lun	ss. Sordani e Rabano	Sett. 4
21	Mar	ss. Agnese	
22	Mer	ss. Vincenzo	
23	Gio	ss. Smeranziana	
24	Ven	ss. Sordani e Sales	
25	Sab	ss. Conversa e Paolo	
26	Dom	ss. Tito e Timoteo	
27	Lun	ss. Sordani	Sett. 5
28	Mar	ss. Sordani e Agostino	
29	Mer	ss. Costanzo	
30	Gio	ss. Martina	
31	Ven	ss. Giovanni Battista	

Il Sole: **GIUGNO TRAMONTO** la Luna: **3** P.M. giorno 3 ore 54.1
 giorno 1 ore 13.8 ore 34.8 **LA LUNA** 3 P.M. giorno 10 ore 02.2
 giorno 10 ore 2.1 ore 16.8 **LA LUNA** 10 P.M. giorno 17 ore 13.8
 giorno 20 ore 23.1 ore 17.9 **LA LUNA** 10 P.M. giorno 24 ore 23.2
 giorno 27 ore 23.1 ore 17.9 **LA LUNA** 10 P.M. giorno 31 ore 23.2

Il decalogo di un buon caffè

Il caffè espresso è il caffè per eccellenza e batte tutti gli altri tipi di caffè per gusto, aroma e corposità.

01. È di buona qualità quel caffè che dà un infuso non scurissimo né opaco.
02. La torrefazione deve rendere i chicchi color tabacco.
03. Più veloce è il metodo di preparazione del caffè e minore sarà la caffeina estratta dalla polvere.
04. Con la miscela arabica si ottiene un caffè dolce.
05. Con la miscela robusta il caffè risulta più corposo.
06. L'acqua deve essere poco clorata.
07. Per tazzina occorrono 7 gr di caffè e 40 ml d'acqua.
08. Il caffè va messo raso senza comprimerlo e facendo tre buchini per facilitare il passaggio dell'acqua.
09. Quando le prime gocce sono salite meglio abbassare la fiamma per dare all'acqua il tempo di estrarre tutte le sostanze aromatiche.
10. Per bere un buon caffè la tazzina deve essere calda.

Gli effetti del caffè sull'organismo

La caffeina presenta svariate caratteristiche positive al funzionamento ed allo stimolo del corpo umano. Essa porta benefici sulla stimolazione della secrezione gastrica e biliare. Anche le funzionalità cardiache e nervose traggono benefici dal caffè e dalla caffeina, l'effetto energetico è anch'esso molto apprezzato dai bevitori della calda bevanda. La caffeina stimola anche il processo di smaltimento dei grassi, aumentando le quantità di calorie bruciate. Il caffè riduce anche la sensazione di appetito.

Ma quanto caffè bere in un giorno?

Secondo gli studi attuali, l'assunzione indicata giornaliera di caffeina per una persona sana è pari a 300 mg, ossia a 3 o 4 tazzine di caffè.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Curiosando tra le ricette dell'arte dolciaria nostrana ed internazionale



GENNAIO 2020

1 Do	1 MER	17 VEN	1 Sa
2 Lu	2 GIO	18 SAB	2 Do
3 Ma	3 VEN	19 DOM	3 Lu
4 Me	4 SAB	20 LUN	4 Ma
5 Gi	5 DOM	21 MAR	5 Me
6 Ve	6 LUN	22 MER	6 Gi
7 Sa	7 MAR	23 GIO	7 Ve
8 Do	8 MER	24 VEN	8 Sa
9 Lu	9 GIO	25 SAB	9 Do
10 Ma	10 VEN	26 DOM	10 Lu
11 Me	11 SAB	27 LUN	11 Ma
12 Gi	12 DOM	28 MAR	12 Me
13 Ve	13 LUN	29 MER	13 Gi
14 Sa	14 MAR	30 GIO	14 Ve
15 Do	15 MER	31 VEN	15 Sa
16 Lu	16 GIO		16 Do
17 Ma			17 Lu
18 Me			18 Ma
19 Gi			19 Me
20 Ve			20 Gi
21 Sa			21 Ve
22 Do			22 Sa
23 Lu			23 Do
24 Ma			24 Lu
25 Me			25 Ma
26 Gi			26 Me
27 Ve			27 Gi
28 Sa			28 Ve
29 Do			29 Sa
30 Lu			
31 Ma			

PA150 Dolci

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

f.to calendario: cm 29x47 ca

f.to testata: cm 29x9 ca

imballo: pz. 100



YOGURT CAKE AI MIRTILLI

6 persone 35 min Media

1 Con un mixer sbriciolate i biscotti fino ad ottenere una granella finissima. Amalgamate questa granella con il burro fuso.

2 Sul fondo di una tortiera a gancio da 20 cm, formate uno strato alto un paio di cm con la granella di biscotto e burro. Riponete la tortiera in frigorifero per almeno 30 minuti per far solidificare lo strato di biscotti.

3 Ammoliate i fogli di gelatina in acqua fredda. Mettete 150 gr di mirtilli in un pentolino con l'acqua e lo zucchero di canna e fateli cuocere per una decina di minuti. Al termine della cottura, filtrate il succo e unite metà della gelatina strizzata. Mescolate bene.

4 Fate scaldare il latte insieme ai semi di vaniglia e a fuoco spento aggiungete l'altra metà della gelatina ben strizzata. Fatela sciogliere. Amalgamate insieme il mascarpone con lo zucchero, lo yogurt e la panna montata.

5 Dividete questo composto in due ciotole, quindi unite ad una metà il succo di mirtillo e all'altra il latte e vaniglia. In questo modo avrete ottenuto una crema di color bianco e una di color viola.

6 Riprendete la teglia con la base di biscotti dal frigorifero e distribuiteci dentro la crema di color bianco. Livellate e rimettete in frigorifero a rassodare per almeno un paio d'ore.

7 Passato il tempo se lo strato bianco si sarà rassodato, formateci sopra lo strato alla crema viola di mirtilli e rimettete di nuovo in frigorifero a rassodare la cheesecake per un altro paio d'ore.

INGREDIENTI

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Scopri 12 golosissime ricette di torte e dolci



PA152 **Lunario**

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**

☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**

📦 imballo: **pz. 100**

GENNAIO

Lunario



1 Mercoledì 1-365 Maria Madre di Dio - Capodanno	17 Venerdì 17-349 s. Antonio abate
2 Giovedì 2-364 ss. Basilio e Gregorio	18 Sabato 18-348 s. Liberato
3 Venerdì 3-363 s. Genoveffa	19 Domenica 19-347 s. Mario
4 Sabato 4-362 ss. Ermete e Carlo	20 Lunedì 20-346 ss. Sebastiano e Fabbiano
5 Domenica 5-361 s. Anella	21 Martedì 21-345 s. Agnese
6 Lunedì 6-360 Epifania di N.S.	22 Mercoledì 22-344 s. Vincenzio
7 Martedì 7-359 s. Raimondo di Peñafort	23 Giovedì 23-343 s. Eusebio
8 Mercoledì 8-358 s. Massimo	24 Venerdì 24-342 s. Francesco di Sales
9 Giovedì 9-357 s. Giuliano	25 Sabato 25-341 Convers di s. Paolo
10 Venerdì 10-356 s. Aido	26 Domenica 26-340 ss. Tito e Timoteo
11 Sabato 11-355 s. Iginio	27 Lunedì 27-339 s. Angela Merici
12 Domenica 12-354 Battesimo di Gesù	28 Martedì 28-338 s. Tommaso d'Aquino
13 Lunedì 13-353 s. Ilario	29 Mercoledì 29-337 s. Costanzo
14 Martedì 14-352 s. Felice	30 Giovedì 30-336 s. Martina
15 Mercoledì 15-351 s. Mauro	31 Venerdì 31-335 s. Giovanni Bosco
16 Giovedì 16-350 s. Marco	

Luna in Capricorno
Il 22 (Dicembre al 20 Gennaio)
I nati con la Luna in Capricorno sono caratterizzati da una mente razionale, poco incline all'astrazione. In entrambi i sessi è molto importante l'autonomia affettiva e finanziaria, forte è il senso della disciplina e del dovere. Chi ha la Luna in Capricorno tende a essere premuroso verso i propri cari e a prendere a cuore le proprie responsabilità.

Semine e raccolti
Nel mese di gennaio procedete con la semina di cetriolo, melanzana, melone, peperone, pomodoro, fragola, senape e spinacio. La frutta e la verdura di Gennaio sono quelle tipicamente invernali con colori accesi come: arancia, cachi, kiwi, mandarancio, mandarino, melagrana, mela, pera, barbabietola, broccolo, carciofo, carota, cavolo, cicoria, fagioli, finocchi, zucca, sedano, porro, radicchio e cime di rapa.

Il Sole sorge alle 08:00 e tramonta alle 16:00
Il Luna sorge alle 09:00 e tramonta alle 19:00
Luna nuova il 15 gennaio alle 08:00
Luna piena il 29 gennaio alle 22:00

Dicembre 2019			2020							Febbraio 2020																								
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29

LE INFLUENZE DELLA LUNA SUI RACCOLTI

Tradizione, credenza popolare o semplici consuetudini? Qualsiasi sia la ragione, l'abitudine dei contadini di seguire le fasi lunari per organizzare i raccolti, le semine e le diverse attività agricole in campagna si è consolidata nei secoli con notevole successo. Oggi poi per molti agricoltori l'uso di fertilizzanti e sostanze chimiche per avere raccolti più generosi è sostituibile da un'osservazione attenta e scrupolosa del calendario lunare anche se il parere degli esperti e le loro considerazioni scientifiche sull'argomento sono piuttosto scettiche e discordanti. Tuttavia è scientificamente provato che la luce lunare penetra molto più profondamente nel terreno di quanto sia in grado di fare la luce solare, influenzando positivamente sul processo germinativo dei semi.

- 1 LUNA NUOVA**
Seminare la cicoria e innestare a spacco pruni e ciliegi.
- 2 LUNA CRESCENTE**
Trapiantare lattuga, cipolle, patate e fragole, seminare pomodori, cavoli neri invernali e cavolini di Bruxelles, invidie e rape; seminare calendule, convolvoli, papaveri, zinnie e viole.
- 3 LUNA PIENA**
Mettere a dimora aglio bianco, cipolla bianca e rossa, carote, lattuga estiva, radicchio, piselli e asparagi; piantare i tuberi di dalia.
- 4 LUNA CALANTE**
Seminare piselli, prezzemolo, basilico ed erbe aromatiche, patate meli, peri e viti.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Alla scoperta delle **fasi lunari** e le influenze sulla nostra vita



GENNAIO

Il Calendario del Farmacista

1 Mercoledì 1-365
Maria Madre di Dio - Ciceroniano

2 Giovedì 2-364
ss. Basilio e Gregorio

3 Venerdì 3-363
s. Genoveffa

4 Sabato 4-362
ss. Ermete e Cilio

5 Domenica 5-361
s. Amalia

6 Lunedì 6-360
Epifania di N.S.

7 Martedì 7-359
s. Raimondo di Peafort

8 Mercoledì 8-358
s. Massimo

9 Giovedì 9-357
s. Giuliano

10 Venerdì 10-356
s. Aldo

11 Sabato 11-355
s. Iginio

12 Domenica 12-354
Battesimo di Gesù

13 Lunedì 13-353
s. Ilario

14 Martedì 14-352
s. Felice

15 Mercoledì 15-351
s. Mauro

16 Giovedì 16-350
s. Marcello



Prevenzione Primaria

La prevenzione primaria riguarda un soggetto sano e ha l'obiettivo di mantenere le condizioni di benessere e di evitare la comparsa di malattie. Nel dettaglio si tratta di mettere in campo una serie di attività e interventi che esaltano i fattori già alla salute e scoraggiano eventuali comportamenti che portano invece a nuove malattie. L'obiettivo è l'eliminazione precoce di tutti i fattori del rischio legati all'insorgenza di malattie.



Come si pratica

La prevenzione primaria si può concretizzare in tutti gli stadi di vita sino a contesti dominati in questo numero di ore oppure evitando l'eccessivo aumento di peso o una gravidanza in età avanzata, ma soprattutto, non sottovalutare il ruolo di un'alimentazione sana e un'attività fisica regolare, che sono i fattori più spesso determinanti nel creare uno squilibrio cronico consistente.

17 Venerdì 17-349
s. Antonio abate

18 Sabato 18-348
s. Liberato

19 Domenica 19-347
s. Mario

20 Lunedì 20-346
ss. Sebastiano e Fabiano

21 Martedì 21-345
s. Agnese

22 Mercoledì 22-344
s. Vincenzo

23 Giovedì 23-343
s. Eusebio

24 Venerdì 24-342
s. Francesco di Sales

25 Sabato 25-341
Conv. di s. Paolo

26 Domenica 26-340
ss. Tito e Timoteo

27 Lunedì 27-339
s. Angela Merici

28 Martedì 28-338
s. Tommaso d'Aquino

29 Mercoledì 29-337
s. Costanzo

30 Giovedì 30-336
s. Merino

31 Venerdì 31-335
s. Giovanni Bosco

Dicembre 2019						
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

2020

Febbraio 2020						
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	

PA154 Farmacia

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

- f.to calendario: cm 29x47 ca
- f.to testata: cm 29x9 ca
- imballo: pz. 100



L'importanza della prevenzione

Fare prevenzione significa adottare strategie per evitare la comparsa di una malattia o a limitarne gravità e peggioramento. In particolare, la prevenzione primaria permette di ridurre il rischio di sviluppare delle malattie eliminando i fattori alla loro base. La prevenzione secondaria permette invece di identificarle precocemente, in modo da poter intervenire quanto è più facilmente trattabile e le probabilità di guarigione sono più elevate. Infine, la prevenzione terziaria consente di gestire al meglio i sintomi delle malattie croniche e contrastare la comparsa di complicazioni. La prevenzione secondaria e terziaria permettono di ridurre il più possibile l'impatto e le conseguenze di una malattia. Tuttavia partire, quando è possibile, dalle radici del problema è senza dubbio la scelta migliore.





Fattori di rischio

Il primo è l'alimentazione, che deve essere sana, equilibrata e sicura. Seguono l'attività fisica, che deve essere regolare, il consumo di alcol, che deve essere il più possibile limitato, il fumo, da eliminare in tutte le sue forme, e lo stress.

Il risultato non è solo la riduzione del rischio di ammalarsi, ma anche una migliore qualità della vita: prendersi cura di sé contrasta il sovrappeso, migliora la salute cardiovascolare, quella delle ossa e quella dell'apparato muscolo-scheletrico e tiene alla larga le malattie metaboliche.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Prenditi cura della tua salute con questi numerosi consigli



Prevenzione Primaria



Tendenze pediatriche



Dieta sana



La crisi climatica



La rifezione più diffusa



La salute



L'aria



Sintomi e disturbi



Disturbi d'ansia



Counseling psicologico



Sintomi dell'influenza



Sintomi e trattamenti



Come si pratica



Tendenze ospedaliere



La diagnosi



Come comportarsi



Fiori rosmari



Cute e igiene intima



Come trattarsi



La rifezione più diffusa



Fatti e patti



La psicoterapia



La diffusione



Cura del dente

PA162 Auto Sportive

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**

☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**

☑ imballo: **pz. 100**



Ferrari
MONZA SP2

FERRARI MONZA SP2

Gennaio 2020 *daemilaventi*

1 Mer 1-96 Mera Motta di Dio e Capodanno	17 Ven 17-99 s. Antonio abate	Dicembre 2019
2 Gio 2-94 s. Andrea Gregorio	18 Sab 18-98 s. Lorenzo	LUN 2 9 16 23 30
3 Ven 3-93 s. Concetta	19 Dom 19-97 s. Marco	MAR 3 10 17 24 31
4 Sab 4-92 s. Felice e Caso	20 Lun 20-96 ss. Sebastiano e Feliciano	MER 4 11 18 25
5 Dom 5-91 s. Maria	21 Mar 21-95 s. Giuseppe	GIO 5 12 19 26
6 Lun 6-90 Epifania di N.S.	22 Mer 22-94 s. Leonardo	VEN 6 13 20 27
7 Mar 7-89 s. Felice di Pedaforti	23 Gio 23-93 s. Emerenziana	SAB 7 14 21 28
8 Mer 8-88 s. Massimo	24 Ven 24-92 s. Francesco di Sales	DOM 1 8 15 22 29
9 Gio 9-87 s. Costantino	25 Sab 25-91 Cosmesi di S. Rocco	<i>Il Sole</i> SORGE TRANQUILLA
10 Ven 10-86 s. Ignazio	26 Dom 26-90 ss. Trinità e Trifone	il giorno 1 ore 7,38 ore 16,49
11 Sab 11-85 s. Ignazio	27 Lun 27-84 s. Felice Meris	il giorno 20 ore 7,33 ore 17,09
12 Dom 12-84 Palmare di Gesù	28 Mar 28-83 s. Tommaso d'Aquino	<i>La Luna</i>
13 Lun 13-83 s. Ignazio	29 Mer 29-82 s. Costantino	3 PQ il giorno 3 ore 5,45
14 Mar 14-82 s. Felice	30 Gio 30-81 s. Maria	1 LP il giorno 10 ore 20,23
15 Mer 15-81 s. Marco	31 Ven 31-80 s. Giovanni Battista	1 UQ il giorno 17 ore 13,58
16 Gio 16-80 s. Marco		1 LN il giorno 24 ore 22,42

Febbraio 2020

LUN 3 10 17 24
MAR 4 11 18 25
MER 5 12 19 26
GIO 6 13 20 27
VEN 7 14 21 28
SAB 8 15 22 29
DOM 9 16 23

L'IMPRESA DI PUBBLICITÀ, NEL RISPETTO DEI REGOLAMENTI LOCALI, È A CARICO DI CHI LO ESORIE IN PUBBLICO



Ferrari
MONZA SP2

SOGNI ED EMOZIONI IN EDIZIONE LIMITATA

La Ferrari Monza SP2 segna l'avvio dei modelli "Icona": una inedita filosofia mirante alla realizzazione di vetture speciali ispirate dai grandi modelli del passato. All'andamento della fiancata che senz'altro evoca le Monza del passato, si abbinano un frontale tutto anni 2000, con tratti nettissimi, tagliati e con evidente legame con la ricerca aerodinamica in funzione della stabilità di marcia. Fedele al motore 12 cilindri a V di 6496 cc capace di fornire una potenza di 810 CV a 8500 giri, con coppia massima di 719 Nm. La modernità è ancora più evidente nella costruzione, nella SP2, infatti, abbonda la fibra di carbonio con cui è realizzata l'intera scocca e numerosi particolari. Ciò consente il contenimento del peso in soli 1520 kg.

SPECIFICHE TECNICHE

PREZZO	300.000
POTENZA	603/8500
MOTORE	V12
CILINDRATA	6496
COPPIA MAX	719/7000
TRAZIONE	posteriore
CAMBIO	7 marce
LUNGHEZZA	465 cm
LARGHEZZA	199 cm

PRESTAZIONI

- Accelerazione 0-100 km/h in 2,9 sec
- Vel. Massima > 300 km/h
- Consumo medio in fase di testing

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Sali a bordo delle
migliori auto sportive



PA160 Nudo Lato B

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

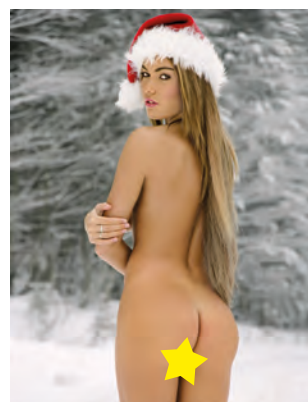
- f.to calendario: cm 29x47 ca
- f.to testata: cm 29x9 ca
- imballo: pz. 100



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

Uno sguardo a 360 gradi
sulla **femminilità**







Gennaio 2020

CAPRICORNO
22/12 - 20/01

1 Do	17 VEN	13/20	1 Sa
2 Lu	18 SAB	18/30	2 Do
3 Ma	19 DOM	19/31	3 Lu
4 Me	20 LUN	20/30	4 Ma
5 Gi	21 MAR	21/30	5 Me
6 Ve	22 MER	22/31	6 Gi
7 Sa	23 GIO	23/31	7 Ve
8 Do	24 VEN	24/31	8 Sa
9 Lu	25 SAB	25/31	9 Do
10 Ma	26 DOM	26/31	10 Lu
11 Me	27 LUN	27/31	11 Ma
12 Gi	28 MAR	28/31	12 Me
13 Va	29 MER	29/31	13 Gi
14 Sa	30 GIO	30/31	14 Ve
15 Do	31 VEN	31/31	15 Sa
16 Lu			16 Do
17 Ma			17 Lu
18 Me			18 Ma
19 Gi			19 Me
20 Va			20 Gi
21 Sa			21 Ve
22 Do			22 Sa
23 Lu			23 Do
24 Ma			24 Lu
25 Me			25 Ma
26 Gi			26 Me
27 Va			27 Gi
28 Sa			28 Ve
29 Do			29 Sa
30 Lu			
31 Ma			

IL SOLE sorge il 1° gennaio alle 07:38 tramonta alle 16:48
il 15 gennaio alle 07:27 tramonta alle 16:48
il 31 gennaio alle 07:13 tramonta alle 16:38
LA LUNA il 12 gennaio alle 01:54 il 19 gennaio alle 02:21
il 26 gennaio alle 03:58 il 2 gennaio alle 04:15
il 9 gennaio alle 04:46 il 16 gennaio alle 05:46

PA165 Yacht da Sogno

- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

f.to calendario: **cm 29x47 ca**

f.to testata: **cm 29x9 ca**

imballo: **pz. 100**

YACHT COS'E'

Con il termine yacht nella sua accezione anglosassone si definisce genericamente ogni imbarcazione da diporto di qualsiasi dimensione e propulsione. Nell'uso comune tuttavia si tende a definire come yacht un'imbarcazione imponente e costosa. Nei regolamenti di regata la parola yacht deriva dall'olandese yachts, che significa "focaccia". Nelle marine militari nordiche del XVII secolo, questo tipo di unità leggera e veloce aveva funzioni sia esplorative sia di trasporto. Le aziende produttrici hanno l'obiettivo di rendere questi tipi di imbarcazione molto veloci, leggere e maneggevoli. Il fatturato della produzione italiana in questo settore ammonta a fine 2012 a circa 2,7-2,8 miliardi di euro.



Si parla di unità da diporto quando si indica un'imbarcazione destinata alla navigazione per scopi sportivi o ricreativi. Le unità da diporto si dividono in tre categorie secondo la attenzione in lunghezza nazionale da diporto, imbarcazione da diporto e nave da diporto.

Per navi da diporto si intende un'unità da diporto a remi, a motore o a vela che non supera i dieci metri di lunghezza. In ogni caso non necessita di licenza nel RID, il registro imbarcazioni da diporto e tenuto dalla Capitaneria di Porto.

Per imbarcazione da diporto si intende un'unità di lunghezza da dieci metri fino a ventiquattro metri. L'imbarcazione deve essere iscritta nel RID, libro di navigazione e numero delle persone trasportabili, sono indicate dalla licenza di navigazione, che deve essere presente a bordo durante la navigazione.

Per nave da diporto si intende un'unità di lunghezza superiore a ventiquattro metri. Le navi da diporto sono iscritte nel Registro Imbarcazioni da Diporto e necessitano di licenza di navigazione per poter navigare.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Viaggia tra lusso e comfort
a bordo di questi
fantastici yacht





PA186

Silhouette Farmacia

- silhouette mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata
- ☑ f.to calendario: **cm 14,3x47 ca**
- ☑ f.to testata: **cm 14,3x9 ca**
- ☑ imballo: **pz. 100**



Cistite e igiene intima

Una corretta igiene intima è sicuramente una delle migliori difese per prevenire la cistite. Per mantenere la flora batterica in salute è preferibile evitare l'uso di detergenti aggressivi, saponi e profumazioni. Con questi piccoli accorgimenti, si aiuta la flora batterica a mantenersi in salute, limitando di più l'incidenza delle infezioni che possono colpire la cistite. Per prevenirla è importante anche la scelta di un tessuto rispettoso.



La crisi asmatica

L'asma bronchiale è una malattia infiammatoria cronica delle vie respiratorie, che causa episodi di tosse e difficoltà a respirare. La malattia è caratterizzata da episodi di tosse e difficoltà a respirare, che possono essere scatenati da fattori ambientali, stagionali o legati al sistema immunitario. La prevenzione è fondamentale per ridurre i sintomi e migliorare la qualità della vita. Per questo è importante seguire attentamente le indicazioni del medico e utilizzare correttamente i farmaci prescritti.



La psicodermatologia

La psicodermatologia è una disciplina medica che studia le interazioni tra lo stato psicologico e le malattie della pelle. Questa specialità si occupa di diagnosticare e trattare le condizioni cutanee che sono influenzate da fattori psicologici, come lo stress, l'ansia e i disturbi dell'umore. La collaborazione tra dermatologo e psicologo è fondamentale per una gestione completa e efficace delle patologie cutanee.



Prevenzione Primaria

La prevenzione primaria è l'insieme di interventi e attività che mirano a evitare l'insorgenza di una malattia o a ridurre il rischio di sviluppare una patologia. Questa strategia si concentra sulla promozione di comportamenti salutari e sulla riduzione dei fattori di rischio. Per questo è importante adottare uno stile di vita sano, seguire le raccomandazioni del medico e sottoporsi a controlli regolari.



Sindromi e trattamenti

Le sindromi sono disturbi clinicamente definiti e talvolta non hanno una causa organica precisa. Queste condizioni possono essere influenzate da fattori psicologici e fisiologici. La diagnosi e il trattamento richiedono un approccio multidisciplinare che coinvolge medici, psicologi e fisioterapisti. È importante identificare i fattori scatenanti e adottare strategie personalizzate per gestire i sintomi.



Sovrappeso e obesità

Il sovrappeso e l'obesità sono condizioni caratterizzate da un eccesso di grasso corporeo che può influire negativamente sulla salute. Queste condizioni sono spesso legate a fattori dietetici, di stile di vita e genetici. La prevenzione e il trattamento richiedono un cambiamento di abitudini, un'alimentazione equilibrata e l'attività fisica regolare. È importante consultare un medico per una valutazione accurata e un piano di azione personalizzato.



Leucore

Le leucore sono secrezioni anormali e abbondanti di natura bianca o giallastra che possono comparire durante il ciclo mestruale. Queste secrezioni sono spesso causate da infezioni batteriche o fungine. La diagnosi e il trattamento richiedono un'analisi di laboratorio e l'uso di farmaci appropriati. È importante mantenere un'igiene personale accurata e consultare un medico in caso di sintomi persistenti.



Disturbi d'ansia

I disturbi d'ansia sono un gruppo di condizioni caratterizzate da sentimenti di paura, preoccupazione e tensione. Queste condizioni possono influenzare significativamente la qualità della vita e sono spesso legate a fattori psicologici e fisiologici. La diagnosi e il trattamento richiedono un'assistenza specialistica che può includere psicoterapia e farmaci. È importante cercare supporto e non sottovalutare i sintomi.



Le otiti nei pediatrici

Le otiti nei bambini sono infezioni dell'orecchio medio che possono essere causate da virus o batteri. Queste infezioni sono molto comuni e possono causare dolore, febbre e perdita di udito. La diagnosi e il trattamento richiedono un'ispezione dell'orecchio e l'uso di antibiotici o analgesici. È importante monitorare i sintomi e consultare un medico in caso di peggioramento.



Sintomi dell'influenza

L'influenza è una malattia infettiva causata da virus che si trasmettono facilmente da persona a persona. I sintomi includono febbre, mal di testa, tosse e affaticamento. La diagnosi è basata sui sintomi e sulla storia clinica. Il trattamento è sintomatico e si concentra sulla riduzione del disagio. È importante riposare, idratarsi e utilizzare farmaci per alleviare i sintomi.



La cefalea più diffusa

La cefalea è un sintomo molto comune che può essere causato da una varietà di fattori, tra cui stress, affaticamento e disidratazione. La diagnosi è basata sui sintomi e sulla storia clinica. Il trattamento è sintomatico e si concentra sulla riduzione del dolore. È importante identificare i fattori scatenanti e adottare strategie per prevenirli.



Dolori reumatici

I dolori reumatici sono disturbi caratterizzati da infiammazione delle articolazioni, che causa dolore, gonfiore e rigidità. Queste condizioni possono influenzare significativamente la mobilità e la qualità della vita. La diagnosi e il trattamento richiedono un'assistenza specialistica che può includere farmaci e fisioterapia. È importante mantenere un'attività fisica regolare e seguire le indicazioni del medico.



Che cos'è la cistite

La cistite, assieme all'uretrite, è un'infezione delle basse vie urinarie che colpisce prevalentemente il sesso femminile. Nello specifico la cistite è una infiammazione della mucosa vescicale. Le infezioni delle vie urinarie sono in massima parte causate da batteri che dalle vie urinarie risalgono verso l'uretra. Tra queste, la cistite può essere provocata da una infezione ascendente e può arrivare a interessare, in casi meno frequenti, le vie urinarie alte con complicanze ai reni. Negli adulti la maggior parte delle infezioni delle vie urinarie è causata dal batterio Escherichia coli. Nell'uomo le infezioni delle vie urinarie sono meno frequenti e possono essere legate al restringimento del canale uretrale, a problemi della prostata, a calcoli vescicali o a una progressiva malattia sessualmente trasmessa.



Diagnosi e terapia

La diagnosi avviene in seguito a un'analisi di laboratorio. L'esame delle urine viene previsto per accertare la presenza di batteri, nitriti, globuli bianchi e rossi mentre l'urinocoltura per identificare l'agente responsabile dell'infezione, la carica batterica e la risposta a diversi antibiotici. Di conseguenza la terapia in caso di cistite si basa sull'assunzione di antibiotici mirati per scongiurare, fin dal primo episodio, eventuali successive manifestazioni.



GENNAIO 2020		
1 Mer	17 Ven	
2 Gio	18 Sab	
3 Ven	19 Dom	
4 Sab	20 Lun	
5 Dom	21 Mar	
6 Lun	22 Mer	
7 Mar	23 Gio	
8 Mer	24 Ven	
9 Gio	25 Sab	
10 Ven	26 Dom	
11 Sab	27 Lun	
12 Dom	28 Mar	
13 Lun	29 Mer	
14 Mar	30 Gio	
15 Mer	31 Ven	
16 Gio		



Cistite e igiene intima

Una corretta igiene intima è sicuramente una delle migliori difese per prevenire la cistite. Per mantenere la flora batterica in salute è preferibile evitare l'uso di detergenti aggressivi, saponi e profumazioni. Con questi piccoli accorgimenti, si aiuta la flora batterica a mantenersi in salute, limitando di più l'incidenza delle infezioni che possono colpire la cistite. Per prevenirla è importante anche la scelta di un tessuto rispettoso.

Scopri come **prenderti cura** del tuo benessere fisico

PA187

Silhouette Gastronomia

- silhouette mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata
- ☑ f.to calendario: cm 14,3x47 ca
- ☑ f.to testata: cm 14,3x9 ca
- ☑ imballo: pz. 100

GENNAIO 2020	
1 Mer s. Basilio e Gregorio	17 Ven s. Antonino abate
2 Gio s. Basilio e Gregorio	18 Sab s. Ildefonso
3 Ven s. Giovanni	19 Dom s. Marco
4 Sab s. Erasmo e Cato	20 Lun s. Sebastiano e Esterno
5 Dom s. Anacleto	21 Mar s. Agnese
6 Lun s. Costantino e Elena	22 Mer s. Costantino
7 Mar s. Basilio di Partinon	23 Gio s. Eusebio
8 Mer s. Innocenzo	24 Ven s. Eusebio
9 Gio s. Giovanni	25 Sab s. Costantino e Elena
10 Ven s. Alessio	26 Dom s. Teodoro
11 Sab s. Spirito	27 Lun s. Angela Merici
12 Dom s. Basilio di Giano	28 Mar s. Tommaso d'Aquino
13 Lun s. Basilio	29 Mer s. Costantino
14 Mar s. Felice	30 Gio s. Felice
15 Mer s. Mauro	31 Ven s. Giovanni Battista



BISTECA DI MANZO CON PATATE E MAIONESE AL POMODORO

MEZZA 20 MIN
30 MIN 1 PERSONA

INGREDIENTI
Bistecca di manzo 100 gr, patate 100 gr, pomodori 200 gr, senape di Digione 1 cucchiaino, aglio 1/2 spicchio, paprika affumicata 1/2 cucchiaino, aceto di mele 1 cucchiaino, succo di limoni 1 cucchiaino, olio di semi di girasole 200 g, sale qb, pepe nero qb.

PREPARAZIONE
Per preparare la maionese al pomodoro sbucciate e affettate i pomodori. Metteteli in un contenitore ed aggiungete la senape, lo spicchio di aglio mondato, l'aceto e la paprika. Aggiungete infine sale, succo di limone e pepe. Ora frullate unendo l'olio di semi a filo fino a che non avrete ottenuto un composto liscio. Per cuocere la carne scaldate su fiamma viva la piastra in ghisa. Mentre si scaldate unite un filo d'olio ed asciugatelo con carta da cucina. Mettete la carne al fuoco e lasciatela cuocere per 2 minuti per lato. Girate la carne senza pungerla. Impiattate dunque la carne accompagnandola con patate cotte al forno e la maionese al pomodoro preparata in precedenza.



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

I segreti dell'arte culinaria racchiusi in queste fantastiche ricette

PA189

Silhouette Carni

- silhouette mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

- f.to calendario: **cm 14,3x47 ca**
- f.to testata: **cm 14,3x9 ca**
- imballo: **pz. 100**

GENNAIO 2020	
1 Mer Sant'Antonio S. Maria di Dio - Capodimonte	17 Ven S. Ambrogio
2 Gio S. Basilio e Gregorio	18 Sab S. Ildebrando
3 Ven S. Costantino	19 Dom S. Maria
4 Sab S. Emidio e Cato	20 Lun S. Sebastiano e l'epora
5 Dom S. Anello	21 Mar S. Agnese
6 Lun S. Felice e Adelfo	22 Mer S. Costantino
7 Mar S. Raimondo di Feltre	23 Gio S. Eusebio
8 Mer S. Massimo	24 Ven S. Innocenzo di Soana
9 Gio S. Giuliano	25 Sab S. Costantino di Rieti
10 Ven S. Alessio	26 Dom S. Teodoro e Sordani
11 Sab S. Ignazio	27 Lun S. Angela Merici
12 Dom S. Bartolomeo di Sesto	28 Mar S. Tommaso d'Aquino
13 Lun S. Basilio	29 Mer S. Costantino
14 Mar S. Felice	30 Gio S. Maria
15 Mer S. Maurizio	31 Ven S. Giovanni Battista



TAGLIATA DI MANZO CON RIDUZIONE AL VINO ROSSO

INGREDIENTI

Controfiletto di manzo 300 gr, Pomodori ciliegino 100 gr, Olio EVO qb, Sale e pepe qb, Vino rosso 1/2 litro, Brodo vegetale 250 ml, Burro 50 gr, Scalogno 1, Farina 30 gr.

PREPARAZIONE

Per la riduzione al vino rosso tagliate lo scalogno. Fate sciogliere in padella a fuoco basso circa metà del burro. Aggiungete lo scalogno e fate dorare per alcuni minuti. Aggiungete dunque il vino rosso e il sale. Aggiungete il burro tenuto da parte e la farina setacciata, abbassate la fiamma e continuate la cottura fino a quando la salsa non si sarà ridotta di circa 2/3.

Per preparare la tagliata iniziate togliendo dal frigorifero il pezzo di carne almeno un ora prima, in modo che all'atto della cottura non sia più freddo ma a temperatura ambiente: scaldate bene una pentola di ghisa, versatevi qualche granello di sale grosso, e adagiatevi la carne, che farete cuocere 5 minuti per lato. Nel girare la carne, fate attenzione a non pungerla, per evitare di fare fuoriuscire i suoi liquidi. Togliete la carne dal fuoco, fatela "rilassare" qualche istante e poi, con taglio obliquo, riducetela a fettine di circa un paio di cm di spessore. Disponete le fettine di carne su un tagliere accompagnandola con la riduzione al vino rosso e i pomodorini, che avrete tagliato in quarti, dopodiché pepate e salate a piacimento.



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

12 ricette per cucinare alla perfezione carni rosse e bianche

PA191

Silhouette Cani e Gatti

- silhouette mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata
- f.to calendario: cm 14,3x47 ca
- f.to testata: cm 14,3x9 ca
- imballo: pz. 100

GENNAIO 2020	
1 Mer	17 Ven
2 Gio	18 Sab
3 Ven	19 Dom
4 Sab	20 Lun
5 Dom	21 Mar
6 Lun	22 Mer
7 Mar	23 Gio
8 Mer	24 Ven
9 Gio	25 Sab
10 Ven	26 Dom
11 Sab	27 Lun
12 Dom	28 Mar
13 Lun	29 Mer
14 Mar	30 Gio
15 Mer	31 Ven



Canì e bambinì

Un'amicizia per la vita

Diversi studi hanno dimostrato che i bambini che hanno animali domestici hanno un'intelligenza emotiva più sviluppata. L'intelligenza emotiva è la capacità di comprendere, gestire ed esprimere in modo efficace i propri sentimenti e interpretare quelli delle altre persone.

I bambini che hanno un animale in casa imparano, fin dalla tenera età, a prendersi cura e a nutrire un'altra creatura, osservando inizialmente i genitori e immagazzinando le informazioni che saranno poi sfruttate in ogni interazione con un animale.

La prossimità con un animale domestico può facilitare l'acquisizione del linguaggio e migliorare le competenze verbali nei bambini. I bimbi infatti non si limitano a giocare con gli animali, gli parlano e spesso leggono perfino insieme a loro.

Nel corso di un'indagine nella quale è stato chiesto ai bambini o chi si rivolgerebbero in caso di difficoltà, la maggior parte di loro ha menzionato il proprio animale. Gli animali domestici possono infatti farci sentire un appoggio incondizionato, mentre le altre persone potrebbero invece giudicare e criticare.

Quando il cane ti lecca

Una bella leccata in faccia, o magari sulle mani? È un chiaro segnale di affetto e sottomissione, nei tuoi confronti ma anche nei confronti degli altri cani. Se, per esempio, il tuo cane lecca il muso di un altro cane, significa che riconosce un animale dominante. Se invece Fido lecca il suo stesso naso, vuol dire che è tranquillo e rilassato.



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Cane e gatto:
2 modi di essere
amici dell'uomo

**CALENDARI
DA TAVOLO**

2020

PA402 Paesaggi

- spiralizzato da tavolo
- illustrato mensile 13 fogli
- carta patinata 100 gr.
- supporto cartoncino bianco
- f.to calendario: cm 19x14,5 ca
- f.to piedino: cm 19x3,5 ca
- imballo: pz. 100



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

TABELLA 2021
in ultima pagina



2021			
GIUGNO 2021	FEBBRAIO 2021	MARZO 2021	APRILE 2021
L 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	M 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28	L 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30
MAGGIO 2021	OTTOBRE 2021	LUGLIO 2021	AGOSTO 2021
L 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
SETTEMBRE 2021	NOVEMBRE 2021	GIUGNO 2021	DICEMBRE 2021
L 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	L 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	L 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	L 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31



ILLUSTRATI DA TAVOLO

PA403 Cani e Gatti

- spiralizzato da tavolo
- illustrato mensile 13 fogli
- carta patinata 100 gr.
- supporto cartoncino bianco

- f.to calendario: cm 19x14,5 ca
- f.to piedino: cm 19x3,5 ca
- imballo: pz. 100



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI



TABELLA 2021
in ultima
pagina

2021			
Gennaio 2021	Febbraio 2021	Marzo 2021	Aprile 2021
Maggio 2021	Giugno 2021	Luglio 2021	Agosto 2021
Settembre 2021	Ottobre 2021	Novembre 2021	Dicembre 2021



PA406 Auto Sportive

- spirale da tavolo
- illustrato mensile 13 fogli
- carta patinata 100 gr.
- supporto cartoncino bianco

☑ f.to calendario: cm 19x14,5 ca

☑ f.to piedino: cm 19x3,5 ca

☑ imballo: pz. 100

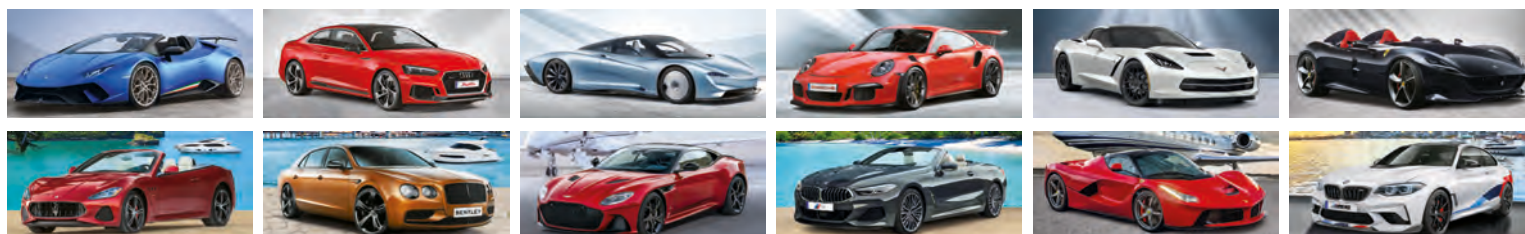


FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

TABELLA 2021
in ultima
pagina



2021			
GENNAIO 2021	FEBBRAIO 2021	MARZO 2021	APRILE 2021
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30
MAGGIO 2021	GIUGNO 2021	LUGLIO 2021	AGOSTO 2021
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
SETTEMBRE 2021	OCTOBRE 2021	NOVEMBRE 2021	DICEMBRE 2021
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31



CALENDARI DA TAVOLO

PA700 Midi Table

- spiralato da tavolo
- mensile 13 fogli
- carta bianca 100 gr.
- supporto cartoncino bianco 450 gr.

☑ f.to calendario: **cm 16x14,5 ca**

☑ f.to piedino: **cm 16x3,5 ca**

⬇ imballo: **pz. 100**



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

TABELLA 2021
in ultima pagina

2021			
Gennaio 2021	Febbraio 2021	Marzo 2021	Aprile 2021
Maggio 2021	Giugno 2021	Luglio 2021	Agosto 2021
Settembre 2021	Ottobre 2021	Novembre 2021	Dicembre 2021



FORMATO
cm 16x14,5 ca

PA705 Multicolor Table

- spirale da tavolo
- mensile 13 fogli
- carta bianca 100 gr.
- supporto cartoncino bianco 450 gr.
- f.to calendario: cm 19x14,5 ca
- f.to piedino: cm 19x3,5 ca
- imballo: pz. 100

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI



TABELLA 2021
in ultima pagina

2021			
GENNAIO	FEBBRAIO	MARZO	APRILE
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30



ABBINABILE
AL CALENDARIO

PA670 Multicolor



FORMATO
cm 19x14,5 ca

CALENDARI DA TAVOLO

PA710 Table Notes

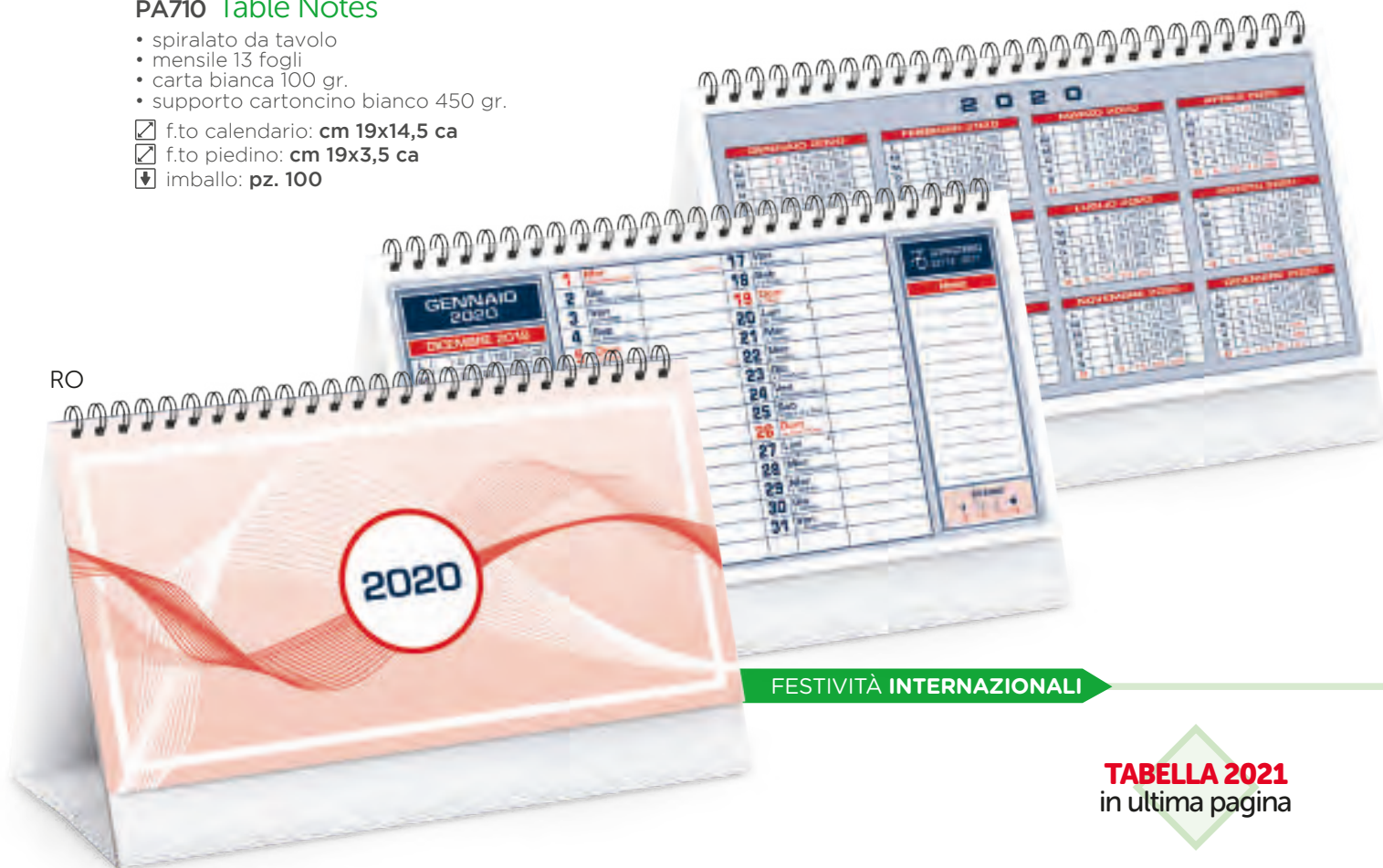
- spiralato da tavolo
- mensile 13 fogli
- carta bianca 100 gr.
- supporto cartoncino bianco 450 gr.

f.to calendario: **cm 19x14,5 ca**

f.to piedino: **cm 19x3,5 ca**

imballo: **pz. 100**

RO



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

TABELLA 2021
in ultima pagina

BL



2021			
GIUGNAIO 2021	FEBBRAIO 2021	MARZO 2021	APRILE 2021
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

VE



FORMATO
cm 19x14,5 ca

PA715 Chart Table

- spiralato da tavolo
- mensile 13 fogli
- carta bianca 100 gr.
- supporto cartoncino bianco 450 gr.

☑ f.to calendario: cm 19x14,5 ca

☑ f.to piedino: cm 19x3,5 ca

☑ imballo: pz. 100

BL



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RO



TABELLA 2021
in ultima pagina

2021			
Settembre	Ottobre	Novembre	Dicembre
1	1	1	1
2	2	2	2
3	3	3	3
4	4	4	4
5	5	5	5
6	6	6	6
7	7	7	7
8	8	8	8
9	9	9	9
10	10	10	10
11	11	11	11
12	12	12	12
13	13	13	13
14	14	14	14
15	15	15	15
16	16	16	16
17	17	17	17
18	18	18	18
19	19	19	19
20	20	20	20
21	21	21	21
22	22	22	22
23	23	23	23
24	24	24	24
25	25	25	25
26	26	26	26
27	27	27	27
28	28	28	28
29	29	29	29
30	30	30	30
31	31	31	31

FORMATO
cm 19x14,5 ca

CALENDARI DA TAVOLO

PA720 Moderno Table

- spiralato da tavolo
- mensile 13 fogli
- carta bianca 100 gr.
- supporto cartoncino bianco 450 gr.
- f.to calendario: **cm 19x14,5 ca**
- f.to piedino: **cm 19x3,5 ca**
- imballo: **pz. 100**



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI



ABBINABILE
AL CALENDARIO

PA615 Moderno

TABELLA 2021
in ultima pagina



FORMATO
cm 19x14,5 ca

PA725 Swedish Table

- spiralato da tavolo
- mensile 13 fogli
- carta bianca 100 gr.
- supporto cartoncino bianco 450 gr.

- f.to calendario: cm 19x14,5 ca
- f.to piedino: cm 19x3,5 ca
- imballo: pz. 100



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI



1 COLORE
PER OGNI
MESE

+

ABBINABILE
AL CALENDARIO

PA614 Swedish

TABELLA 2021
in ultima pagina



FORMATO
cm 19x14,5 ca

CALENDARI DA TAVOLO

PA730 Square Table

- spiralato da tavolo
- mensile 13 fogli
- carta bianca 100 gr.
- supporto cartoncino bianco 450 gr.

f.to calendario: cm 19x14,5 ca

f.to piedino: cm 19x3,5 ca

imballo: pz. 100



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

ABBINABILE
AL CALENDARIO

PA678 Square

TABELLA 2021
in ultima pagina

FORMATO
cm 19x14,5 ca

GENNAIO 2021	FEBBRAIO 2021	MARZO 2021	APRILE 2021
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

PA745 Tall Table

- spiralato da tavolo
- mensile 13 fogli
- carta bianca 100 gr.
- supporto cartoncino bianco 450 gr.

☑ f.to calendario: cm 13,5x19 ca

☑ f.to piedino: cm 13,5x3,5 ca

☑ imballo: pz. 100



BL



VE



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI



2021

GENNAIO - JANUARY							FEBBRAIO - FEBRUARY						
DOM	LUN	MAR	GIO	VEN	SAB	SUN	DOM	LUN	MAR	GIO	VEN	SAB	SUN
4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7
11	12	13	14	15	16	17	8	9	10	11	12	13	14
18	19	20	21	22	23	24	15	16	17	18	19	20	21
25	26	27	28	29	30	31	22	23	24	25	26	27	28
MARZO - MARCH							APRILE - APRIL						
DOM	LUN	MAR	GIO	VEN	SAB	SUN	DOM	LUN	MAR	GIO	VEN	SAB	SUN
8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11
15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18
22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25
29	30	31					26	27	28	29	30		
MAGGIO - MAY							GIUGNO - JUNE						
DOM	LUN	MAR	GIO	VEN	SAB	SUN	DOM	LUN	MAR	GIO	VEN	SAB	SUN
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27
24	25	26	27	28	29	30	28	29	30				
LUGLIO - JULY							AGOSTO - AUGUST						
DOM	LUN	MAR	GIO	VEN	SAB	SUN	DOM	LUN	MAR	GIO	VEN	SAB	SUN
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29
SETTEMBRE - SEPTEMBER							OTTOBRE - OCTOBER						
DOM	LUN	MAR	GIO	VEN	SAB	SUN	DOM	LUN	MAR	GIO	VEN	SAB	SUN
6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10
13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17
20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24
27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31
NOVEMBRE - NOVEMBER							DICEMBRE - DECEMBER						
DOM	LUN	MAR	GIO	VEN	SAB	SUN	DOM	LUN	MAR	GIO	VEN	SAB	SUN
8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11
15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18
22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25
29	30						26	27	28	29	30	31	

TABELLA 2021
in ultima pagina

FORMATO
cm 13,5x19 ca

OLANDESI FLUO

2020

PA503 Olandese Fluo

- mensile 12 fogli
- carta patinata 100 gr.
- testata termosaldada

- f.to calendario: cm 31x48 ca
- f.to testata: cm 31x9 ca
- imballo: pz. 50

CARTA PATINATA 100 grammi

1 MER S. BASILIO E GREGORIO 14 sett.	17 VEN S. ANTONIO ABATE 17-20
2 GIO SS. BASILIO E GREGORIO 2-20	18 SAB S. LIBERATA 19-24
3 VEN S. GENOVEFFA 3-20	19 DOM S. MARIO 19-27
4 SAB SS. ERmete E CAIO 4-20	20 LUN SS. SEBASTIANO E FABIANO 20-26
5 DOM S. ANGLIA 5-20	21 MAR S. AGNESE 21-24
6 LUN S. EPIFANIA DI N.S. 6-20	22 MER S. VINCENZO 22-24
7 MAR S. RAIMONDO DI PENAFORT 7-20	23 GIO S. EMERENZIANA 23-24
8 MER S. MASSIMO 8-20	24 VEN S. FRANCESCO DI SALES 24-26
9 GIO S. GIULIANO 9-20	25 SAB CONVERS. DI S. PIROLO 25-24
10 VEN S. ALDO 10-20	26 DOM SS. TITO E TIMOTEO 26-20
11 SAB S. IGNO 11-20	27 LUN S. ANGELA MERICI 27-29
12 DOM BATTESIMO DI GESU' 12-20	28 MAR S. TOMMASO D'AQUINO 28-28
13 LUN S. ILARIO 13-20	29 MER S. COSTANZO 29-27
14 MAR S. FELICE 14-20	30 GIO S. MARTINA 30-28
15 MER S. MAURO 15-20	31 VEN S. GIOVANNI BOSCO 31-28
16 GIO S. MARCELLO 16-20	

IL SOLE Sorge ore 07:00 tramonta ore 16:40
 giorno 20 ore 13:40
 notte 11:00 ore 07:00

LA LUNA 3° fase giorno 1 ore 04:45
 giorno 20 ore 20:25
 giorno 21 ore 22:00

Note: In linea è riportato un solo giorno per ogni festività. Per informazioni, consultare il calendario.

L'IMPRESA DI PUBBLICITA', NEL RISPETTO DEL REGOLAMENTO LUCIDATE, È A CARICO DI OGNI ESPONENTE IN PUBBLICITA'



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

FORMATO **BIG**
cm 31x48 ca

PA504 Olandese Slim Fluo

- mensile 12 fogli
 - carta patinata 100 gr.
 - testata termosaldata
- f.to calendario: **cm 15,5x48 ca**
 f.to testata: **cm 15,5x9 ca**
 imballo: **pz. 50**

CARTA PATINATA 100 grammi

1 MER	17 SETTE	<p>DICEMBRE 2019</p> <p>L M M G V S D</p> <p>1</p> <p>2 3 4 5 6 7 8</p> <p>9 10 11 12 13 14 15</p> <p>16 17 18 19 20 21 22</p> <p>23³⁰ 24³¹ 25 26 27 28 29</p> <p>gen na io</p> <p>20 20</p> <p>FEBBRAIO 2020</p> <p>L M M G V S D</p> <p>1 2</p> <p>3 4 5 6 7 8 9</p> <p>10 11 12 13 14 15 16</p> <p>17 18 19 20 21 22 23</p> <p>24 25 26 27 28 29</p> <p><small>IL Mese: giorni: 28/29/30/31. Giorni festivi: 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10/11/12/13/14/15/16/17/18/19/20/21/22/23/24/25/26/27/28/29/30/31. Giorni festivi: 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10/11/12/13/14/15/16/17/18/19/20/21/22/23/24/25/26/27/28/29/30/31.</small></p>
2 GIO	18 OTT	
3 VEN	19 NOV	
4 SAB	20 DIC	
5 DOM	21 GEN	
6 LUN	22 FEB	
7 MAR	23 MAR	
8 MER	24 APR	
9 GIO	25 MAG	
10 VEN	26 GIU	
11 SAB	27 LUG	
12 DOM	28 AGO	
13 LUN	29 SET	
14 MAR	30 OTT	
15 MER	31 NOV	
16 GIO	1 DIC	
17 VEN	2 GEN	
18 SAB	3 FEB	
19 DOM	4 MAR	
20 LUN	5 APR	
21 MAR	6 MAG	
22 MER	7 GIU	
23 GIO	8 LUG	
24 VEN	9 AGO	
25 SAB	10 SET	
26 DOM	11 OTT	
27 LUN	12 NOV	
28 MAR	13 DIC	
29 MER	14 GEN	
30 GIO	15 FEB	
31 VEN	16 MAR	

1 DIC	DICEMBRE 2019	1 SAB	GENNAIO 2020	1 LUN	FEBBRAIO 2020	1 LUN	FEBBRAIO 2020
2 DIC	gen na io	2 DOM	feb bra io	2 LUN	MARZO 2020	2 DOM	MARZO 2020
3 DIC	20 20	3 LUN	20 20	3 DIC	apr ile	3 DIC	apr ile
4 DIC	20 20	4 MAR	20 20	4 LUN	mag gio	4 DOM	mag gio
5 DIC	20 20	5 GIO	20 20	5 MAR	giu gno	5 SAB	giu gno
6 DIC	20 20	6 VEN	20 20	6 LUN	lug lio	6 DOM	lug lio
7 DIC	20 20	7 SAB	20 20	7 MAR	ago sto	7 LUN	ago sto
8 DIC	20 20	8 DOM	20 20	8 MER	set tem bre	8 MAR	set tem bre
9 DIC	20 20	9 LUN	20 20	9 DIC	otto bre	9 MER	otto bre
10 DIC	20 20	10 MAR	20 20	10 LUN	nov emb re	10 GIO	nov emb re
11 DIC	20 20	11 GIO	20 20	11 MAR	dice mb re	11 SAB	dice mb re
12 DIC	20 20	12 VEN	20 20	12 DIC	20 20	12 DOM	dice mb re
13 DIC	20 20	13 SAB	20 20	13 LUN	20 20	13 DIC	20 20
14 DIC	20 20	14 DOM	20 20	14 MAR	20 20	14 LUN	20 20
15 DIC	20 20	15 LUN	20 20	15 GIO	20 20	15 MAR	20 20
16 DIC	20 20	16 MAR	20 20	16 VEN	20 20	16 GIO	20 20
17 DIC	20 20	17 GIO	20 20	17 SAB	20 20	17 VEN	20 20
18 DIC	20 20	18 VEN	20 20	18 DOM	20 20	18 SAB	20 20
19 DIC	20 20	19 SAB	20 20	19 LUN	20 20	19 DOM	20 20
20 DIC	20 20	20 DOM	20 20	20 MAR	20 20	20 LUN	20 20
21 DIC	20 20	21 LUN	20 20	21 GIO	20 20	21 MAR	20 20
22 DIC	20 20	22 MAR	20 20	22 VEN	20 20	22 GIO	20 20
23 DIC	20 20	23 GIO	20 20	23 SAB	20 20	23 VEN	20 20
24 DIC	20 20	24 VEN	20 20	24 DOM	20 20	24 SAB	20 20
25 DIC	20 20	25 SAB	20 20	25 LUN	20 20	25 DOM	20 20
26 DIC	20 20	26 DOM	20 20	26 MAR	20 20	26 LUN	20 20
27 DIC	20 20	27 LUN	20 20	27 GIO	20 20	27 MAR	20 20
28 DIC	20 20	28 MAR	20 20	28 VEN	20 20	28 GIO	20 20
29 DIC	20 20	29 GIO	20 20	29 SAB	20 20	29 VEN	20 20
30 DIC	20 20	30 VEN	20 20	30 DOM	20 20	30 SAB	20 20
31 DIC	20 20	31 MAR	20 20	31 LUN	20 20	31 DOM	20 20



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

FORMATO BIG
cm 15,5x48 ca

**OLANDESI
TECNICI**

2020

PA523 Magnum

- olandese mensile 12 fogli
 - carta naturale 70 gr.
 - testata fustellata rinforzata triplo strato
- f.to calendario: **cm 33x71 ca**
 f.to testata: **cm 33x11 ca**
 imballo: **pz. 50**

CAPRICORNO 22/12 - 20/1		GENNAIO 2020		ACQUARIO 21/1 - 19/2	
DICEMBRE 2019	1 MERCOLEDÌ 1° Sett. Maria Madre di Dio - Capodanno	17 VENERDÌ s. Antonio abate	FEBBRAIO 2020	1 SABATO	
1 D	2 GIOVEDÌ ss. Basilio e Gregorio	18 SABATO s. Liberata	2 D	3 VENERDÌ s. Genoveffa	
2 L	3 VENERDÌ s. Ermete e Calo	19 DOMENICA s. Mario	3 L	4 SABATO s. Epifania di N.S.	
3 M	4 SABATO s. Ermete e Calo	20 LUNEDÌ 4° Sett. ss. Sebastiano e Fabiano	4 M	5 DOMENICA s. Anselmo	
4 M	5 DOMENICA s. Anselmo	21 MARTEDÌ s. Agnese	5 M	6 LUNEDÌ 2° Sett. Epifania di N.S.	
5 G	6 LUNEDÌ 2° Sett. Epifania di N.S.	22 MERCOLEDÌ s. Vincenzo	6 G	7 MARTEDÌ s. Raimondo di Peñafort	
6 V	7 MARTEDÌ s. Raimondo di Peñafort	23 GIOVEDÌ s. Eusebio	7 V	8 MERCOLEDÌ s. Massimo	
7 S	8 MERCOLEDÌ s. Massimo	24 VENERDÌ s. Francesco di Sales	8 S	9 GIOVEDÌ s. Giuliano	
8 D	9 GIOVEDÌ s. Giuliano	25 SABATO Conv. di s. Paolo	9 D	10 VENERDÌ s. Aldo	
9 L	10 VENERDÌ s. Aldo	26 DOMENICA ss. Tito e Timoteo	10 L	11 SABATO s. Igino	
10 M	11 SABATO s. Igino	27 LUNEDÌ 5° Sett. s. Angela Merici	11 M	12 DOMENICA Battesimo di Gesù	
11 M	12 DOMENICA Battesimo di Gesù	28 MARTEDÌ s. Tommaso d'Aquino	12 G	13 LUNEDÌ 3° Sett. s. Ilario	
12 G	13 LUNEDÌ 3° Sett. s. Ilario	29 MERCOLEDÌ s. Costanzo	13 V	14 MARTEDÌ s. Felice	
13 V	14 MARTEDÌ s. Felice	30 GIOVEDÌ s. Martina	14 S	15 MERCOLEDÌ s. Mauro	
14 S	15 MERCOLEDÌ s. Mauro	31 VENERDÌ s. Giovanni Bosco	15 D	16 GIOVEDÌ s. Marcello	
15 D	16 GIOVEDÌ s. Marcello		16 D		
16 L			17 L		
17 M			18 M		
18 M			19 M		
19 G			20 G		
20 V			21 V		
21 S			22 S		
22 D			23 D		
23 L			24 L		
24 M			25 M		
25 M			26 M		
26 G			27 G		
27 V			28 V		
28 S			29 S		
29 D					
30 L					
31 M					

BL

CAPRICORNO 22/12 - 20/1		GENNAIO 2020		ACQUARIO 21/1 - 19/2	
DICEMBRE 2019	1 MERCOLEDÌ 1° Sett. Maria Madre di Dio - Capodanno	17 VENERDÌ s. Antonio abate	FEBBRAIO 2020	1 SABATO	
1 D	2 GIOVEDÌ ss. Basilio e Gregorio	18 SABATO s. Liberata	2 D	3 VENERDÌ s. Genoveffa	
2 L	3 VENERDÌ s. Ermete e Calo	19 DOMENICA s. Mario	3 L	4 SABATO s. Epifania di N.S.	
3 M	4 SABATO s. Ermete e Calo	20 LUNEDÌ 4° Sett. ss. Sebastiano e Fabiano	4 M	5 DOMENICA s. Anselmo	
4 M	5 DOMENICA s. Anselmo	21 MARTEDÌ s. Agnese	5 M	6 LUNEDÌ 2° Sett. Epifania di N.S.	
5 G	6 LUNEDÌ 2° Sett. Epifania di N.S.	22 MERCOLEDÌ s. Vincenzo	6 G	7 MARTEDÌ s. Raimondo di Peñafort	
6 V	7 MARTEDÌ s. Raimondo di Peñafort	23 GIOVEDÌ s. Eusebio	7 V	8 MERCOLEDÌ s. Massimo	
7 S	8 MERCOLEDÌ s. Massimo	24 VENERDÌ s. Francesco di Sales	8 S	9 GIOVEDÌ s. Giuliano	
8 D	9 GIOVEDÌ s. Giuliano	25 SABATO Conv. di s. Paolo	9 D	10 VENERDÌ s. Aldo	
9 L	10 VENERDÌ s. Aldo	26 DOMENICA ss. Tito e Timoteo	10 L	11 SABATO s. Igino	
10 M	11 SABATO s. Igino	27 LUNEDÌ 5° Sett. s. Angela Merici	11 M	12 DOMENICA Battesimo di Gesù	
11 M	12 DOMENICA Battesimo di Gesù	28 MARTEDÌ s. Tommaso d'Aquino	12 G	13 LUNEDÌ 3° Sett. s. Ilario	
12 G	13 LUNEDÌ 3° Sett. s. Ilario	29 MERCOLEDÌ s. Costanzo	13 V	14 MARTEDÌ s. Felice	
13 V	14 MARTEDÌ s. Felice	30 GIOVEDÌ s. Martina	14 S	15 MERCOLEDÌ s. Mauro	
14 S	15 MERCOLEDÌ s. Mauro	31 VENERDÌ s. Giovanni Bosco	15 D	16 GIOVEDÌ s. Marcello	
15 D	16 GIOVEDÌ s. Marcello		16 D		
16 L			17 L		
17 M			18 M		
18 M			19 M		
19 G			20 G		
20 V			21 V		
21 S			22 S		
22 D			23 D		
23 L			24 L		
24 M			25 M		
25 M			26 M		
26 G			27 G		
27 V			28 V		
28 S			29 S		
29 D					
30 L					
31 M					

RO

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

TESTATA EXTRA STRONG

FORMATO
cm 33x71 ca

PA610 Quadrettato

- olandese mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldada

- f.to calendario: **cm 29x47 ca**
- f.to testata: **cm 29x9 ca**
- imballo: **pz. 100**

PA613 Shaded

- olandese mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldada

- f.to calendario: **cm 23x47 ca**
- f.to testata: **cm 23x9 ca**
- imballo: **pz. 100**



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

FORMATO
cm 29x47 ca

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

NUOVO
FORMATO
cm 23x47 ca

PA614 Swedish

- olandese mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

- f.to calendario: cm 29x47 ca
- f.to testata: cm 29x9 ca
- imballo: pz. 100

**1 COLORE
PER OGNI
MESE**



+

**ABBINABILE AL
CALENDARIO DA TAVOLO**

PA725 Swedish Table

- riferimento pag. 503



**FORMATO
cm 29x47 ca**

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

PA615 Moderno

- olandese mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldada
- f.to calendario: **cm 29x47 ca**
- f.to testata: **cm 29x9 ca**
- imballo: **pz. 100**



FORMATO
cm 29x47 ca

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI



ABBINABILE AL
CALENDARIO DA TAVOLO

PA720 Moderno Table

- riferimento pag. 502



PA620 Mix

- olandese mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldada

- ☑ f.to calendario: cm 29x47 ca
- ☑ f.to testata: cm 29x9 ca
- 📦 imballo: pz. 100



RO



VE

FORMATO
cm 29x47 ca

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

PA635 Notes

- olandese mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata
- ☑ f.to calendario: cm 29x47 ca
- ☑ f.to testata: cm 29x9 ca
- ⬇ imballo: pz. 100



RO



BL



VE

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

FORMATO
cm 29x47 ca

PA640 Classic

- olandese mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

☑ f.to calendario: cm 29x47 ca

☑ f.to testata: cm 29x9 ca

⬇ imballo: pz. 100



RO



BL



VE

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

FORMATO
cm 29x47 ca

PA646 Back Notes

- olandese mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

- ☑ f.to calendario: cm 29x47 ca
- ☑ f.to testata: cm 29x9 ca
- ↓ imballo: pz. 100



Scrivi
sul **RETRO**
le tue note
mensili

GENNAIO 2020		
1 DOMENICA s. Maria Maddalena & S. Onofrio	1 MERCOLEDÌ s. Maria Maddalena & S. Onofrio	17 VENERDÌ s. Antonio abate
2 LUNEDÌ s. Basilio e Gregorio	2 GIOVEDÌ s. Basilio e Gregorio	18 SABATO s. Liberata
3 MARTEDÌ s. Gerasimo	3 VENERDÌ s. Gerasimo	19 DOMENICA s. Maria
4 MERCOLEDÌ s. Gerasimo	4 SABATO s. Ermoleo e Cato	20 LUNEDÌ s. Sebastiano e Fabiano
5 GIOVEDÌ s. Gerasimo	5 DOMENICA s. Maria	21 MARTEDÌ s. Agnese
6 VENERDÌ s. Gerasimo	6 LUNEDÌ s. Raimondo di Peñafort	22 MERCOLEDÌ s. Vincenzo
7 SABATO s. Gerasimo	7 MARTEDÌ s. Raimondo di Peñafort	23 GIOVEDÌ s. Emerenziana
8 DOMENICA s. Maria	8 MERCOLEDÌ s. Massino	24 VENERDÌ s. Francesco di Sales
9 LUNEDÌ s. Maria	9 GIOVEDÌ s. Giuliano	25 SABATO Cotroneo di s. Pasco
10 MARTEDÌ s. Maria	10 VENERDÌ s. Aldo	26 DOMENICA s. Maria
11 MERCOLEDÌ s. Maria	11 SABATO s. Ignazio	27 LUNEDÌ s. Angela Merici
12 GIOVEDÌ s. Maria	12 DOMENICA s. Maria	28 MARTEDÌ s. Tommaso d'Aquino
13 VENERDÌ s. Maria	13 LUNEDÌ s. Barbato	29 MERCOLEDÌ s. Costanzo
14 SABATO s. Maria	14 MARTEDÌ s. Felice	30 GIOVEDÌ s. Martina
15 DOMENICA s. Maria	15 MERCOLEDÌ s. Mauro	31 VENERDÌ s. Giovanni Bosco
16 LUNEDÌ s. Maria	16 GIOVEDÌ s. Marcello	

GENNAIO 2020		
1 DOMENICA s. Maria Maddalena & S. Onofrio	1 MERCOLEDÌ s. Maria Maddalena & S. Onofrio	17 VENERDÌ s. Antonio abate
2 LUNEDÌ s. Basilio e Gregorio	2 GIOVEDÌ s. Basilio e Gregorio	18 SABATO s. Liberata
3 MARTEDÌ s. Gerasimo	3 VENERDÌ s. Gerasimo	19 DOMENICA s. Maria
4 MERCOLEDÌ s. Gerasimo	4 SABATO s. Ermoleo e Cato	20 LUNEDÌ s. Sebastiano e Fabiano
5 GIOVEDÌ s. Gerasimo	5 DOMENICA s. Maria	21 MARTEDÌ s. Agnese
6 VENERDÌ s. Gerasimo	6 LUNEDÌ s. Raimondo di Peñafort	22 MERCOLEDÌ s. Vincenzo
7 SABATO s. Gerasimo	7 MARTEDÌ s. Raimondo di Peñafort	23 GIOVEDÌ s. Emerenziana
8 DOMENICA s. Maria	8 MERCOLEDÌ s. Massino	24 VENERDÌ s. Francesco di Sales
9 LUNEDÌ s. Maria	9 GIOVEDÌ s. Giuliano	25 SABATO Cotroneo di s. Pasco
10 MARTEDÌ s. Maria	10 VENERDÌ s. Aldo	26 DOMENICA s. Maria
11 MERCOLEDÌ s. Maria	11 SABATO s. Ignazio	27 LUNEDÌ s. Angela Merici
12 GIOVEDÌ s. Maria	12 DOMENICA s. Maria	28 MARTEDÌ s. Tommaso d'Aquino
13 VENERDÌ s. Maria	13 LUNEDÌ s. Barbato	29 MERCOLEDÌ s. Costanzo
14 SABATO s. Maria	14 MARTEDÌ s. Felice	30 GIOVEDÌ s. Martina
15 DOMENICA s. Maria	15 MERCOLEDÌ s. Mauro	31 VENERDÌ s. Giovanni Bosco
16 LUNEDÌ s. Maria	16 GIOVEDÌ s. Marcello	

RO

GENNAIO 2020		
1 DOMENICA s. Maria Maddalena & S. Onofrio	1 MERCOLEDÌ s. Maria Maddalena & S. Onofrio	17 VENERDÌ s. Antonio abate
2 LUNEDÌ s. Basilio e Gregorio	2 GIOVEDÌ s. Basilio e Gregorio	18 SABATO s. Liberata
3 MARTEDÌ s. Gerasimo	3 VENERDÌ s. Gerasimo	19 DOMENICA s. Maria
4 MERCOLEDÌ s. Gerasimo	4 SABATO s. Ermoleo e Cato	20 LUNEDÌ s. Sebastiano e Fabiano
5 GIOVEDÌ s. Gerasimo	5 DOMENICA s. Maria	21 MARTEDÌ s. Agnese
6 VENERDÌ s. Gerasimo	6 LUNEDÌ s. Raimondo di Peñafort	22 MERCOLEDÌ s. Vincenzo
7 SABATO s. Gerasimo	7 MARTEDÌ s. Raimondo di Peñafort	23 GIOVEDÌ s. Emerenziana
8 DOMENICA s. Maria	8 MERCOLEDÌ s. Massino	24 VENERDÌ s. Francesco di Sales
9 LUNEDÌ s. Maria	9 GIOVEDÌ s. Giuliano	25 SABATO Cotroneo di s. Pasco
10 MARTEDÌ s. Maria	10 VENERDÌ s. Aldo	26 DOMENICA s. Maria
11 MERCOLEDÌ s. Maria	11 SABATO s. Ignazio	27 LUNEDÌ s. Angela Merici
12 GIOVEDÌ s. Maria	12 DOMENICA s. Maria	28 MARTEDÌ s. Tommaso d'Aquino
13 VENERDÌ s. Maria	13 LUNEDÌ s. Barbato	29 MERCOLEDÌ s. Costanzo
14 SABATO s. Maria	14 MARTEDÌ s. Felice	30 GIOVEDÌ s. Martina
15 DOMENICA s. Maria	15 MERCOLEDÌ s. Mauro	31 VENERDÌ s. Giovanni Bosco
16 LUNEDÌ s. Maria	16 GIOVEDÌ s. Marcello	

BL

VE

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

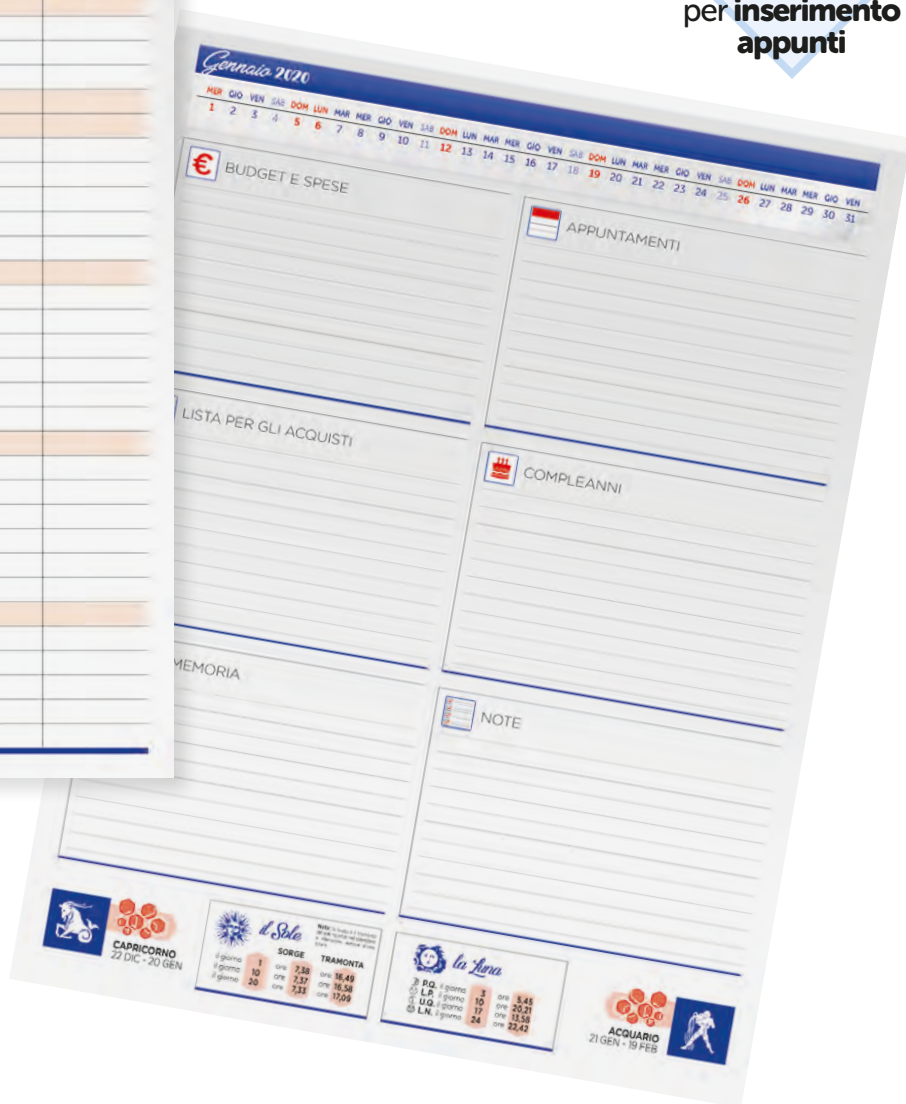
FORMATO
cm 29x47 ca



PA648 Memo

- olandese mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata
- f.to calendario: **cm 29x47 ca**
- f.to testata: **cm 29x9 ca**
- imballo: **pz. 100**

RETRO
in quadricromia
per **inserimento**
appunti



NOVITÀ
2020

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

FORMATO
cm 29x47 ca

PA650 Medium

- olandese mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata

- ☑ f.to calendario: cm 29x42,5 ca
- ☑ f.to testata: cm 29x9 ca
- 📦 imballo: pz. 100



BL



RO



VE

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

FORMATO
cm 29x42,5 ca

PA656 Color

- olandese mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata
- ☑ f.to calendario: cm 29x47 ca
- ☑ f.to testata: cm 29x9 ca
- 📦 imballo: pz. 100

PA658 Color Shaded

- olandese mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldata
- ☑ f.to calendario: cm 23x47 ca
- ☑ f.to testata: cm 23x9 ca
- 📦 imballo: pz. 100



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

FORMATO
cm 29x47 ca

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

FORMATO
cm 23x47 ca

PA670 Multicolor

- silhouette mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldada

- f.to calendario: **cm 14x47 ca**
- f.to testata: **cm 14x9 ca**
- imballo: **pz. 100**



PA678 Square

- silhouette mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldada

- f.to calendario: **cm 5,8x47 ca**
- f.to testata: **cm 5,8x9 ca**
- imballo: **pz. 200**



PA679 Mini

- silhouette mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldada

- f.to calendario: **cm 5,8x47 ca**
- f.to testata: **cm 5,8x9 ca**
- imballo: **pz. 200**



FORMATO
cm 14x47 ca

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI



ABBINABILE
PA705 Multicolor
• riferimento pag. 499

FORMATO
cm 5,8x47 ca

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI



ABBINABILE
PA730 Square Table
• riferimento pag. 504

NUOVO
FORMATO
cm 5,8x47 ca

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

BLOCCO
FISSO

AGENDE
2020



TERMOVIRANTE

PRINTFLEX
2020

INTERNO SAB. E DOM. ABBINATI

PB320 Printflex Giornaliera

- 324 pagine sab. e dom. abbinati
- carta bianca con stampa a 2 colori
- edizione multilingue: IT - GB - FR - DE - ES - PT
- inserti informativi e rubrica telefonica
- inserto cartografico
- segnapagina
- materiale: **poliuretano termovirante**

f.to agenda: **cm 17x24 ca**

imballo: **pz. 20**

PB541 Astuccio su richiesta



INSERTO
CARTOGRAFICO



AGENDE BLOCCO FISSO



TERMOVIRANTE

INTERNO SAB. E DOM. ABBINATI

PB330 Printflex Giornaliera

- 324 pagine sab. e dom. abbinati
- carta bianca con stampa a 2 colori
- edizione multilingue: IT - GB - FR - DE - ES - PT
- inserti informativi e rubrica telefonica
- inserto cartografico
- segnapagina
- materiale: **poliuretano termovirante**

f.to agenda: **cm 15x21 ca**

imballo: **pz. 20**

PB331 Astuccio su richiesta



INSERTO
CARTOGRAFICO

RO

TA

VL

CU

GR

BL

AR





TERMOVIRANTE

INTERNO SETTIMANALE

PB340 Printflex Settimanale

- 132 pagine
- carta bianca con stampa a 2 colori
- edizione multilingue: IT - GB - FR - DE - ES - PT
- inserti informativi e rubrica telefonica
- inserto cartografico
- segnapagina
- materiale: **poliuretano termovirante**

f.to agenda: **cm 17x24 ca**

imballo: **pz. 30**

PB341 Astuccio su richiesta



TERMOVIRANTE



GR

INTERNO SETTIMANALE



AR



BL



CU

PB350 Printflex Settimanale

- 132 pagine
- carta bianca con stampa a 2 colori
- edizione multilingue: IT - GB - FR - DE - ES - PT
- inserti informativi e rubrica telefonica
- inserto cartografico
- segnapagina
- materiale: **poliuretano termovirante**

f.to agenda: **cm 8x15 ca**

imballo: **pz. 100**

PB551 Astuccio su richiesta



TA



RO



VL

INSERTO CARTOGRAFICO



AGENDE BLOCCO FISSO



INTERNO SAB. E DOM. ABBINATI

MATERIALE GOMMATO

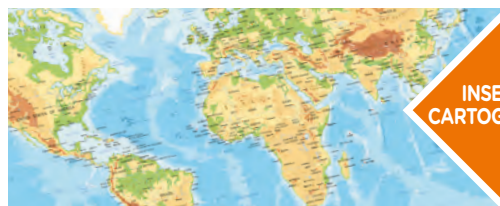
PB512 Agenda Giornaliera

- 324 pagine sab. e dom. abbinati
- carta bianca con stampa a 2 colori
- edizione multilingue: IT - GB- FR- DE - ES - PT
- inserti informativi e rubrica telefonica
- quadranti imbottiti
- inserto cartografico
- segnapagine
- materiale: **gommato**

f.to agenda: **cm 17x24 ca**

imballo: **pz. 20**

PB511 Astuccio su richiesta



INSERTO
CARTOGRAFICO





MATERIALE
GOMMATO

PB520 Agenda Giornaliera

- 320 pagine sab. e dom. abbinati
- carta bianca con stampa a 2 colori
- edizione multilingue: IT - GB - FR - DE - ES - PT
- inserti informativi e rubrica telefonica
- quadranti imbottiti
- segnapagina
- materiale: **gommato**

f.to agenda: **cm 12x17 ca**

imballo: **pz. 20**

PB521 Astuccio su richiesta



INTERNO SAB. E DOM. ABBINATI



AGENDE BLOCCO FISSO



MATERIALE
GOMMATO

INTERNO SAB. E DOM. ABBINATI

PB530 Agenda Giornaliera

- 324 pagine sab. e dom. abbinati
- carta bianca con stampa a 2 colori
- edizione multilingue: IT - GB - FR - DE - ES - PT
- inserti informativi e rubrica telefonica
- quadranti imbottiti
- inserto cartografico
- segnapagine
- materiale: **gommato**

f.to agenda: **cm 15x21 ca**

imballo: **pz. 20**

PB531 Astuccio su richiesta



INSERTO
CARTOGRAFICO





INTERNO **SETTIMANALE**

MATERIALE **GOMMATO**

PB540 Agenda Settimanale

- 132 pagine
- carta bianca con stampa a 2 colori
- edizione multilingue: IT - GB - FR - DE - ES - PT
- inserti informativi e rubrica telefonica
- quadranti imbottiti
- inserto cartografico
- segnapagina
- materiale: **gommato**

f.to agenda: **cm 17x24 ca**

imballo: **pz. 30**

PB541 Astuccio su richiesta



INSERTO
CARTOGRAFICO



AGENDE BLOCCO FISSO



MATERIALE
GOMMATO

PB550 Agenda Settimanale

- 132 pagine
- carta bianca con stampa a 2 colori
- edizione multilingue: IT - GB - FR - DE - ES - PT
- inserti informativi e rubrica telefonica
- quadranti imbottiti
- inserto cartografico
- materiale: **gommato**

f.to agenda: **cm 8x15 ca**

imballo: **pz. 100**

PB551 Astuccio su richiesta



INSERTO
CARTOGRAFICO



INTERNO **SETTIMANALE**

MATERIALE
GOMMATO



PB560 Agenda Bi-giornaliera

- 240 pagine
- carta bianca
- stampa a 2 colori
- edizione multilingue:
IT - GB - FR - DE - ES - PT
- inserti informativi e
rubrica telefonica
- materiale: **gommato**

f.to agenda: **cm 7x10 ca**

imballo: **pz. 100**

PB561 Astuccio su richiesta



INTERNO BI-GIORNALIERO

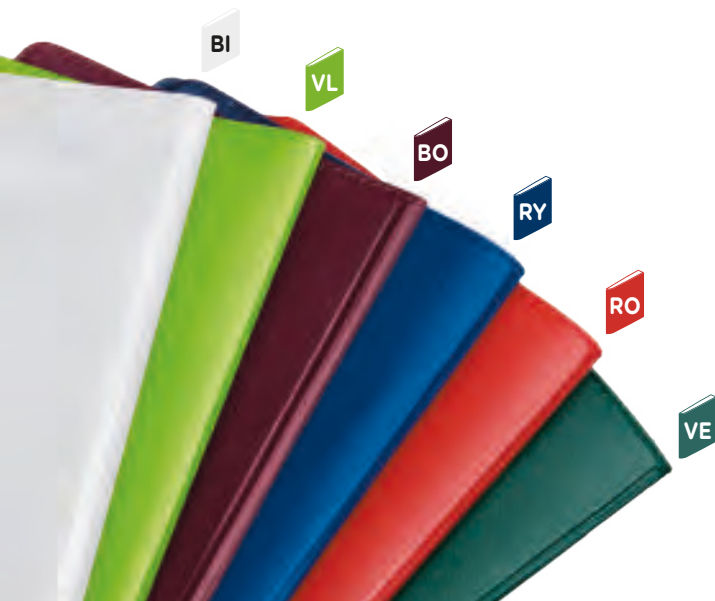
MATERIALE
PVC

PB590 Blitz

- calendario 2020-2021
- tascabile
- rubrica telefonica
- materiale: **pvc**

f.to agenda: **cm 7,5x14 ca**

imballo: **pz. 50/500**



BL

CALENDARI PERSONALIZZATI

2020



CALENDARIO OLANDESE PERSONALIZZABILE

- mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- rilegatura a spirale

- ▮ f.to calendario cm 32x45 ca
- ▮ f.to personalizzazione cm 29x21 ca
- 📦 imballo da 1 pz.



DIC 2019	GENNAIO 2020	FEB 2020
1 Do	1 MER <small>María Madre di Dio - Capodanno</small>	1 Sa
2 Lu	2 GIO <small>ss. Basilio e Gregorio</small>	2 Do
3 Ma	3 VEN <small>s. Gervasio</small>	3 Lu
4 Me	4 SAB <small>ss. Emato e Carlo</small>	4 Ma
5 Gi	5 DOM <small>s. Anna</small>	5 Me
6 Ve	6 LUN <small>Epifania di R.S.</small>	6 Gi
7 Sa	7 MAR <small>s. Damiano di Parturiani</small>	7 Ve
8 Do	8 MER <small>s. Massimo</small>	8 Sa
9 Lu	9 GIO <small>s. Giuliano</small>	9 Do
10 Ma	10 VEN <small>s. Aldo</small>	10 Lu
11 Me	11 SAB <small>s. Igno</small>	11 Ma
12 Gi	12 DOM <small>Battesimo di Gesù</small>	12 Me
13 Ve	13 LUN <small>s. Ilario</small>	13 Gi
14 Sa	14 MAR <small>s. Felice</small>	13 Ve
15 Do	15 MER <small>s. Mauro</small>	14 Sa
16 Lu	16 GIO <small>s. Marcello</small>	15 Do
17 Ma		16 Lu
18 Me		17 Ma
19 Gi		18 Me
20 Ve		19 Gi
21 Sa		20 Ve
22 Do		21 Sa
23 Lu		22 Do
24 Ma		23 Lu
25 Me		24 Ma
26 Gi		25 Me
27 Ve		26 Gi
28 Sa		27 Ve
29 Do		28 Sa
30 Lu		29 Do
31 Ma		30 Lu
		31 Ma



BRAIO 2020	MAR 2020
17 LUN <small>s. Marcellino</small>	1 Do
18 MAR <small>s. Costanza</small>	2 Lu
19 MER <small>s. Cleofe - s. Marquitta</small>	3 Ma
20 GIO <small>s. Eleonora</small>	4 Me
21 VEN <small>s. Margherita</small>	5 Gi
22 SAB <small>s. Polcaro</small>	6 Ve
23 DOM <small>s. Eriberto</small>	7 Sa
24 LUN <small>s. Adolfo</small>	8 Do
25 MAR <small>Sf. Cateri</small>	9 Lu
26 MER <small>s. Leobodo</small>	10 Ma
27 GIO <small>s. Brodero</small>	11 Me
28 VEN <small>s. Giulio</small>	12 Gi
29 SAB	13 Ve
	14 Sa
	15 Do
	16 Lu
	17 Ma
	18 Me
	19 Gi
	20 Ve
	21 Sa
	22 Do
	23 Lu
	24 Ma
	25 Me
	26 Gi
	27 Ve
	28 Sa
	29 Do
	30 Lu
	31 Ma

28 Ma	14 VEN <small>s. Valerio - s. Cirillo e Metodio</small>
29 Me	15 SAB <small>s. Felice e Giulio</small>
30 Gi	16 DOM <small>s. Giuliano</small>
31 Ve	

CALENDARIO ECO

- mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- rilegatura punto metallico
- foro per appendimento
- ▮ f.to calendario cm 32x45 ca
- ▮ f.to personalizzazione cm 29x21 ca
- 📦 imballo da 1 pz.



DIC 2019	GENNAIO 2020	FEB 2020
1 Do	1 MER <small>María Madre di Dio - Capodanno</small>	1 Sa
2 Lu	2 GIO <small>ss. Basilio e Gregorio</small>	2 Do
3 Ma	3 VEN <small>s. Gervasio</small>	3 Lu
4 Me	4 SAB <small>ss. Emato e Cato</small>	4 Ma
5 Gi	5 DOM <small>s. Arnolfo</small>	5 Me
6 Ve	6 LUN <small>Epifania di N.S.</small>	6 Gi
7 Sa	7 MAR <small>s. Damiano di Palafiori</small>	7 Ve
8 Do	8 MER <small>s. Massimo</small>	8 Sa
9 Lu	9 GIO <small>s. Giuliano</small>	8 Do
10 Ma	10 VEN <small>s. Aldo</small>	9 Lu
11 Me	11 SAB <small>s. Igno</small>	10 Ma
12 Gi	12 DOM <small>Battesimo di Gesù</small>	11 Me
13 Ve	13 LUN <small>s. Ilario</small>	12 Gi
14 Sa	14 MAR <small>s. Felice</small>	13 Ve
15 Do	15 MER <small>s. Mauro</small>	14 Sa
16 Lu	16 GIO <small>s. Marcello</small>	15 Do
17 Ma	17 VEN <small>s. Antonio abate</small>	16 Lu
18 Me	18 SAB <small>s. Libanida</small>	17 Ma
19 Gi	19 DOM <small>s. Maria</small>	18 Me
20 Ve	20 LUN <small>ss. Sebastiano e Pabbano</small>	19 Gi
21 Sa	21 MAR <small>s. Agostino</small>	20 Ve
22 Do	22 MER <small>s. Vincenzo</small>	21 Sa
23 Lu	23 GIO <small>s. Emmerenziana</small>	22 Do
24 Ma	24 VEN <small>s. Francesco di Sales</small>	23 Lu
25 Me	25 SAB <small>Coronari di s. Paolo</small>	24 Ma
26 Gi	26 DOM <small>ss. Tito e Timoteo</small>	25 Me
27 Ve	27 LUN <small>s. Angiola Merici</small>	26 Gi
28 Sa	28 MAR <small>s. Tommaso d'Aquino</small>	27 Ve
29 Do	29 MER <small>s. Costantino</small>	28 Sa
30 Lu	30 GIO <small>s. Martina</small>	29 Do
31 Ma	31 VEN <small>s. Giovanni Bosco</small>	30 Lu



BRAIO 2020	MAR 2020
17 LUN <small>s. Marcellino</small>	1 Do
18 MAR <small>s. Costanza</small>	2 Lu
19 MER <small>s. Cleofilo - s. Marquino</small>	3 Ma
20 GIO <small>s. Eleonora</small>	4 Me
21 VEN <small>s. Eufonio</small>	5 Gi
22 SAB <small>s. Margherita</small>	6 Ve
23 DOM <small>s. Policarpo</small>	7 Sa
24 LUN <small>s. Eriberto</small>	8 Do
25 MAR <small>s. Adolfo</small>	9 Lu
26 MER <small>Sf. Cateri</small>	10 Ma
27 GIO <small>s. Leodato</small>	11 Me
28 VEN <small>s. Rocco</small>	12 Gi
29 SAB <small>s. Giulio</small>	13 Ve
	14 Sa
	15 Do
	16 Lu
	17 Ma
	18 Me
	19 Gi
	20 Ve
	21 Sa
	22 Do
	23 Lu
	24 Ma
	25 Me
	26 Gi
	27 Ve
	28 Sa
	29 Do
	30 Lu
	31 Ma

28 Ma
29 Me
30 Gi
31 Ve

14 VEN s. Valeriano - s. Cirillo e Metodio

15 SAB ss. Felice e Giustina

16 DOM s. Giuliana

CALENDARIO ECO CATS

- mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- rilegatura punto metallico
- foro per appendimento
- tema gatti
- ▮ f.to calendario cm 32x45 ca
- ▮ f.to personalizzazione cm 5.5x19
- 📦 imballo da 1 pz.



GENNAIO 2020

1 MER	Santa Maria di Dio - Capodoglio
2 GIO	ss. Bartolomeo e Gregorio
3 VEN	ss. Gervasio
4 SAB	ss. Dimite e Ciro
5 DOM	ss. Annale
6 LUN	Epifania di N.S.
7 MAR	ss. Basilio e Sebastiano
8 MER	ss. Marcellino
9 GIO	ss. Giuliano
10 VEN	ss. Alessio
11 SAB	ss. Ignazio
12 DOM	Epifania di Gesù
13 LUN	ss. Felice
14 MAR	ss. Felice
15 MER	ss. Marco
16 GIO	ss. Marcello

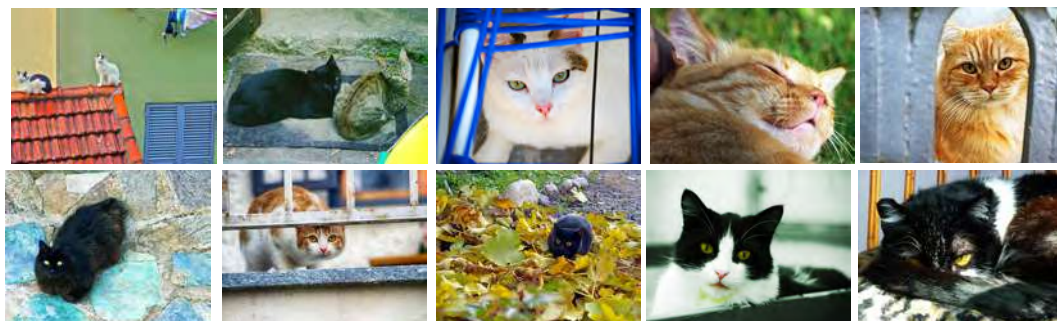
17 VEN	ss. Antonio abate
18 SAB	ss. Libera
19 DOM	ss. Marco
20 LUN	ss. Sebastiano e Feliciano
21 MAR	ss. Agnese
22 MER	ss. Vincenz
23 GIO	ss. Emmerich
24 VEN	ss. Francesco di Sales
25 SAB	Concilio di A. Paolo
26 DOM	ss. Tito e Timoteo
27 LUN	ss. Angelo Merisi
28 MAR	San Tommaso d'Aquino
29 MER	ss. Costantino
30 GIO	ss. Martina
31 VEN	ss. Giovanni Battista



BRAIO 2020

17 LUN	ss. Felice
18 MAR	ss. Costantino
19 MER	ss. Corrado e Marcellino
20 GIO	ss. Eusebio
21 VEN	ss. Eusebio
22 SAB	ss. Margherita
23 DOM	ss. Polidoro
24 LUN	ss. Elisabetta
25 MAR	ss. Alberto
26 MER	ss. Caterina
27 GIO	ss. Eusebio
28 VEN	ss. Rosalia
29 SAB	ss. Giulio

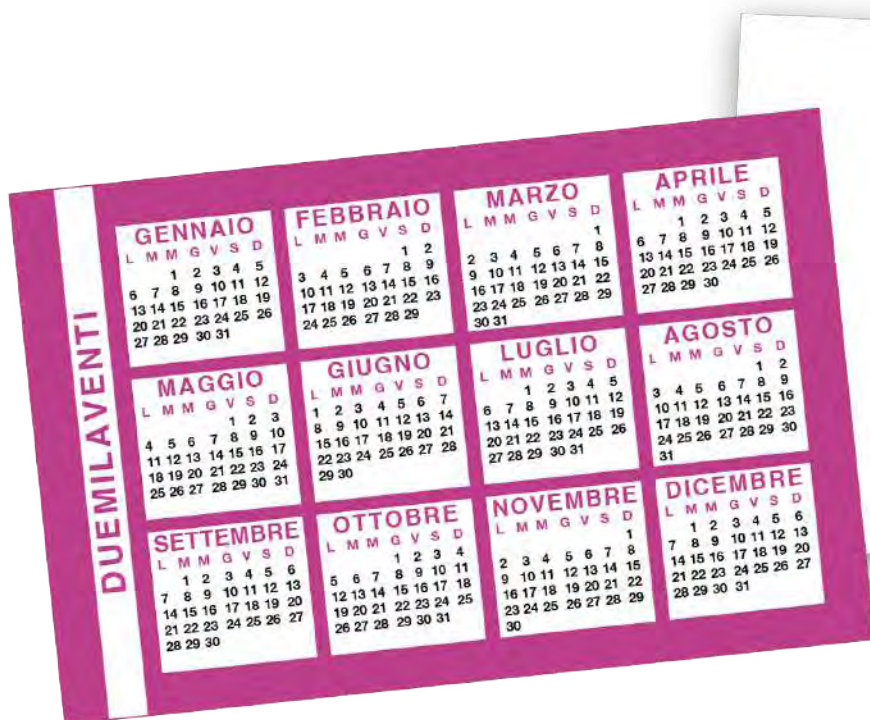
Area personalizzazione
5.5 x 19 cm



CALENDARIO TASCABILE

- calendario sul retro
- carta patinata 350 gr.
- fronte personalizzabile

- ▾ f.to calendario cm 8,5x5,5 ca
- ▾ f.to personalizzazione cm 8,5x5,5
- 📦 imballo da 250 pz.



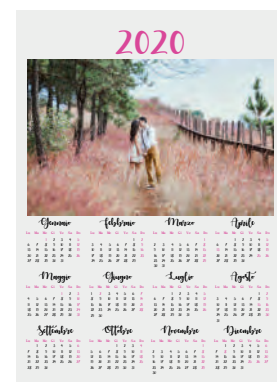
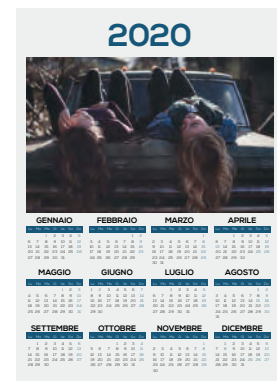
Disponibile nei colori:



CALENDARIO SINGOLO PERSONALIZZABILE

- annuale 1 foglio
- carta patinata
- buco da appendimento
- configurabile online

- ▣ f.to calendario A3
- ▣ f.to personalizzazione variabile
- 📦 imballo da 1 pz.



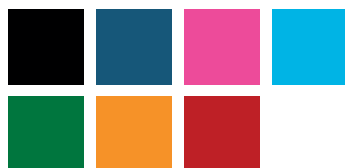
DIVERSI LAYOUT
TRA CUI SCEGLIERE

CALENDARIO SEGNALIBRO

- calendario sul retro
- carta patinata 350 gr.
- fronte personalizzabile

- ▀ f.to calendario cm 21x5
- ▀ f.to personalizzazione cm 21x5
- 📦 imballo da 100 pz.

Disponibile nei colori:



PLANNING

PA802

Planning

- planning multicolor
- testata cartoncino bianco
- f.to planning: **cm 43x31 ca**
- f.to testata: **cm 43x4 ca**
- imballo: **pz. 25**



PA806

Mini Planning

- planning multicolor
- testata cartoncino bianco
- f.to planning: **cm 29,6x21,5 ca**
- f.to testata: **cm 29,6x3 ca**
- imballo: **pz. 25**



GADGET MERCHANDISING

2020



TAZZE PERSONALIZZATE

- stampa in sublimazione
- stampa a colori
- ▴ f.to stampa cm 19x9,5 ca
- 📦 imballo da 1 pz.



PENNE PERSONALIZZATE

- stampa in UV
- stampa a colori
- diversi modelli

- ▽ f.to stampa mm 37x6 ca
- 📦 imballi da 100 pz.

Arrow



Touch Screen



Promo



Prestige



SALVIETTE PUSH & GO

- stampa in UV
- stampa a colori
- diverse fragranze

- ▽ diametro stampa mm 30 ca
- 🗑️ imballi da 250 pz.



PLASTICA
RICICLABILE
(PP)



20 X 22

100% VISCOSA
NATURALE
BIODEGRADABILE



LIMONE



STRUCCANTE



IGIENIZZANTE



CITRONELLA

MOUSE PAD PERSONALIZZATO

- stampa in sublimazione
 - stampa a colori
 - possibilità di sagomatura personalizzata
- ▴ f.to stampa cm 19,2x23 ca
📦 imballo da 1 pz.



