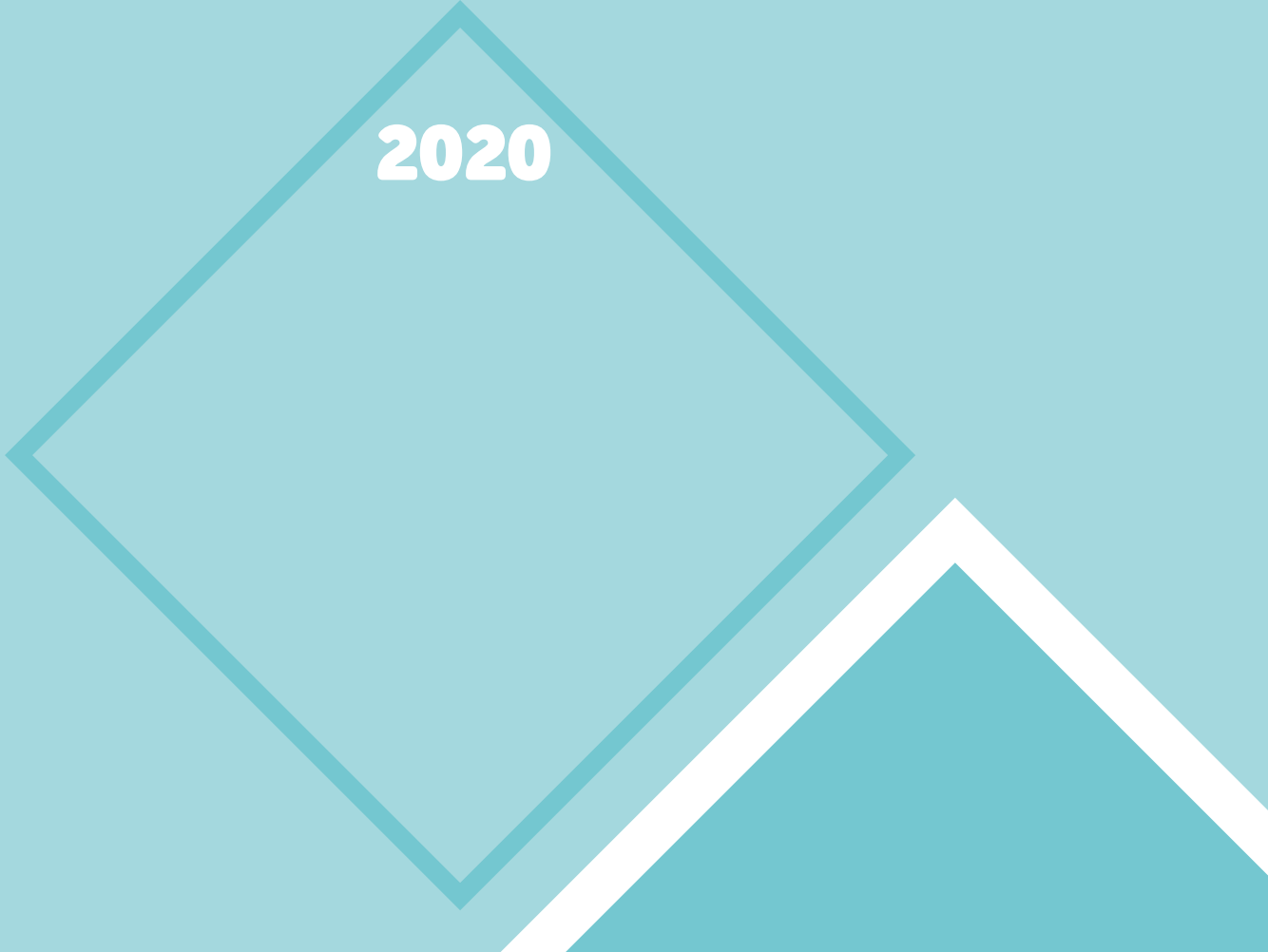


TIME 2020



CALENDARI ILLUSTRATI

2020

The design features a large, light blue diamond shape with a darker blue outline, centered on the page. Below the diamond, there is a dark blue triangle pointing upwards, outlined in white. The background is a solid light blue color.

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**



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

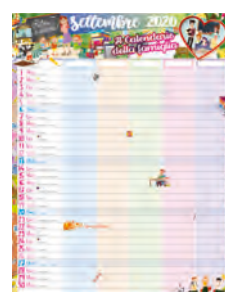
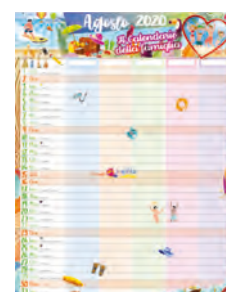
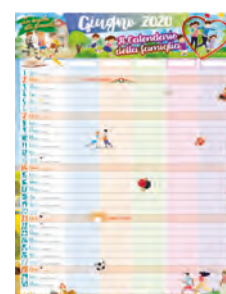
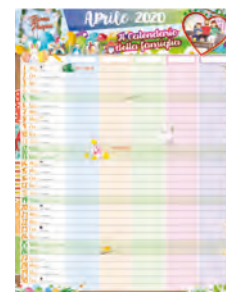
Curiosità ed approfondimenti
per **prenderti cura**
dei tuoi bambini



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
annotare i vostri eventi
nelle colonne dedicate

Ogni retro ha un tema per
giocare e divertirsi in famiglia





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**



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**



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 mallo 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 semi) 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**



↓ imballo: **pz. 100**



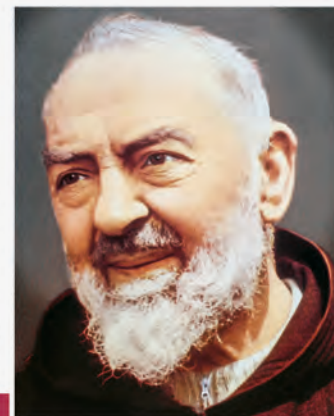
Francisco, Forgione nacque a Pietrarsica un piccolo paese del beneventano, il 25 maggio 1897. Fin dalla tenera età Francisco sperimentava in sé il desiderio di consacrarsi totalmente a Dio e questo desiderio si manifestò con una "forte inclinazione alla diversità" fu oggetto di osservazione da parte dei suoi parenti e dei suoi amici. Raccontava mamma Peppina non convinta nessuna mamma che aveva avuto altri figli, «che era un po' strano», diceva ogni mattina ed ogni sera si recava in chiesa a visitare Gesù e la Madonna. Durante il giorno non parlava mai di Dio, ma quando si trovava solo, «Franci esci un po' a giocare. Egli si rifiutava dicendo: «Non ci voglio andare perché essi bestemmiano».

Con il passare del tempo poté realizzare quello che desiderava: «Io ho fatto tutto quello che mi piacevo, totalmente la vita al Signore. Il 6 gennaio 1903, ai sedici anni, entrò come chierico nell'Ordine dei Sacramentari della Chiesa di San Giovanni Evangelista Benevento, il 10 agosto 1910. Ebbe così inizio la sua vita sacerdotale che a causa delle sue precarie condizioni di salute, si svolsero dapprima in diversi ospedali benedettini e poi nella casa di cura fondata dai suoi superiori per favorire la guarigione, poi, a partire dal 4 settembre 1916, nel convento di San Giovanni Evangelista Benevento dove morì il 25 settembre 1968, giorno della sua nascita al cielo.

1 Un signore di Foggia cadendo dal calesse 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 risultò 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. Guarirai!" Così fu. Mia suocera dopo l'intervento si ristabilì e andò personalmente a ringraziare il Padre che, sorridendo le disse: "Va' in pace, figlia mia! Va' 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: "E' venuto un frate cappuccino e mi ha detto: alzati che sei guarita". Le fecero vedere una foto di Padre Pio ed ella ricambiò il suo benefattore.



RETRO IN QUADRICROMIA

Vita, miracoli e apparizioni di San Pio



PA101 **Francesco**

- 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**



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 e 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/utente finale
"gentile omaggio" del negoziante

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Biografia e pensieri di Papa Francesco





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



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 termosaldada

☒ f.to calendario: cm 29x47 ca

☒ f.to testata: cm 29x9 ca

☒ imballo: pz. 100



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**



CAVALLI: LE RAZZE

Frisone

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

Akhal-Teke (l'incredibile "cavallo celeste")

È una delle più belle e antiche razze equine del mondo. È stata selezionata storicamente dalla tribù Teké, 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 nervile, 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 particolarità degli stinchi ricoperti da lunghie 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 conobbe grande popolarità durante il periodo napoleonico. Abbastanza docile e oggi impiegato soprattutto in scuole di equitazione.

American Paint

Questa fu una delle razze che gli spagnoli portarono nell'America Nuova. Nelle immense lande americane molti si mescolarono e molte popolazioni indiane ne furono influenzate.

Appaloosa

Il vero e originale cavallo del Nord America, cavalcato dagli indiani per cacciare il bisonte. Il suo nome deriva dal fiume "Palouse" che dominava i territori dei primi allevatori. La caratteristica che insita subito agli occhi è colpisce 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**



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Alimentazione corretta e
curiosità sui nostri
amici a 4 zampe





PA109 Roma

- 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**

ROMA LA CITTA' 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**



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





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



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

Attività e
caratteristiche
delle **4 stagioni**

RETRO IN QUADRICROMIA



PA116 Città d'Italia

- 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**



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

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





PA117 Paesaggi

- 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**



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**

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 sopraelevazione di forma quadrata dove ai suoi quattro vertici sono posti quattro minareti. L'edificio è un rettangolo sovrastato da un arco ovale 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.





PA120 Fondali Marini del Mondo

- 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**



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 termosaldada

☒ f.to calendario: cm 29x47 ca

☒ f.to testata: cm 29x9 ca

☒ imballo: pz. 100



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 1-363 Maria Madre di Dio - Cipicodentro
2	Giovedì 2-364 ss. Beato e Gregorio
3	Venerdì 3-363 s. Genoveffa
4	Sabato 4-362 ss. Eufemia e Calisto
5	Domenica 5-363 s. Angela
6	Lunedì 6-360 Sofonia e Calisto
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. Agostino
11	Sabato 11-355 s. Ignazio
12	Domenica 12-354 Battesimo di Gesù
13	Lunedì 13-353 s. Ilario
14	Martedì 14-352 s. Felice
15	Mercoledì 15-351 s. Magno
16	Giovedì 16-350 s. Marcello

La ricetta del mese



Spaghetti alla Scoglia

40m
 ★★★★
 1

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.

Poni 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 trovi 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 scollala quando è ancora al dente, insaporiscila 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. Liberato
19	Domenica 19-347 s. Maria
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 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. Costantino
30	Giovedì 30-336 s. Martina
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	

*INDICAZIONE DI ORARIO S.C.C.A. PER I SERVIZI DI COLLEZIONE E DI CARICO DA CONFEZIONARE IN PRESSIONE

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**

ALICI ROLLÉ MARINATE CON ANETO CIPOLLE E PEPE ROSA

INGREDIENTI

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

PREPARAZIONE

Pulite le alicine eliminando testa, coda e lisca. Sciacquatele e temperatele con carta da cucina. Disponetele in un piatto fondo capiente o in una pirofila e bagnatele con abbondante aceto. Coprite e fate riposare in frigorifero per una notte (o almeno 8 ore). Trascorso questo tempo, scolatele e tagliate la cipolla a rondelle finissime. Componete ora degli strati alternando alici e cipolle, condendo ogni strato con olio, sale e pepe. Le alici devono essere completamente coperte di olio. Fate riposare ancora per almeno 8 ore. Servite le alici 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 termosaldada

☐ f.to calendario: **cm 29x47 ca**

☐ f.to testata: **cm 29x9 ca**

☐ imballo: **pz. 100**



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Pizza: la parola italiana più famosa al mondo



- 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**



RICONOSCERE UN PANE DI QUALITÀ

Per riconoscere un buon pane è necessario prestare attenzione ad alcune caratteristiche quali la cottura, gli ingredienti utilizzati, la fragranza, il profumo, la consistenza della mollica ed il gusto.

**LE CARATTERISTICHE
PER UN PANE PERFETTO**

- 1 Superficie ben levigata
- 2 Volume notevole rispetto al peso
- 3 Mollice elastiche ed asciutte con porosità regolare.
- 4 Crosta omogenea, di colore dorato e friabile
- 5 Aroma ed sapore caratteristici e gradevoli.
- 6 Facilmente masticabile e digeribile
- 7 Rimane fresco per due o tre giorni o anche più.

DIFETTI DA RICONOSCERE

La crosta può essere dura e coriacea, troppo spessa (per cottura eccessiva, per una temperatura o un tempo di cottura errati), fragile, scolorita, al contrario, la temperatura di cottura è elevata) o screpolata (ad esempio se nella camera di lievitazione della pasta c'era un insufficiente grado di umidità). Quanto alla mollica, la presenza di porosità irregolare con grosse zone vuote (dette "caverne") può esser dovuta a svariate cause. Fra queste, una miscela mal fatta di farine diverse, un'irregolare lavorazione dell'impasto con maturazione insufficiente, la cattiva distribuzione dell'aria e/o dell'acqua. La presenza di porosità irregolare, lievitazione irregolare, presenza 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.

RETRO IN QUADRICROMIA

Caratteristiche,
ricette e proprietà
di **pane e pasta**





PA140 Prodotti Tipici

- 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**

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. Sclaiquate 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.

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

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 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

LA RAPPRESENTAZIONE DEI GIORNI DELLA SETTIMANA È IN CONFORMITÀ CON IL CALENDARIO UFFICIALE ITALIANO. I GIORNI DI FESTA SONO IN GRIGIO. I GIORNI DI FESTA SONO IN GRIGIO. I GIORNI DI FESTA SONO IN GRIGIO.

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 pezzettini 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 pezzettini 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**



- 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**



RETRO IN QUADRICROMIA

12 profumate ricette
al **sapore di Mare**



GENNAIO

Frutta del mese



PROPRIETÀ DEL MANDARINO
Il mandarino ha notevoli proprietà terapeutiche. Molto ricco di vitamina C, essenziale per mantenere reattivo e vigile il cervello, il mandarino è anche ricco di fibre e carotene e possiede anche molte vitamine del gruppo B e vitamina A, oltre ad una consistente percentuale di ferro, magnesio e acido folico. Il mandarino risulta particolarmente indicato per il benessere dell'intestino.

Verdura di stagione



I BENEFICI DEI CARCIOFI
I carciofi sono una fonte preziosa di potassio e sali di ferro. Contengono un principio attivo, la cinarina, che favorisce la diuresi e la secrezione biliare. Di solito se ne mangiano il fiore e le brattee, dopo aver eliminato quello esterno, più duro. Il carciofo è un alimento che ha effetto positivo anche sul sistema cardiovascolare, in quanto si tratta di un alimento ipocolesterolemizzante.

1	Mercoledì	1-265	Maria Madre di Dio - Capodanno
2 <th>Giovedì</th> <td>2-364</td> <td>ss. Basilio e Gregorio</td>	Giovedì	2-364	ss. Basilio e Gregorio
3 <th>Venerdì</th> <td>3-563</td> <td>s. Genoveffa</td>	Venerdì	3-563	s. Genoveffa
4 <th>Sabato</th> <td>4-362</td> <td>ss. Emetto e Cato</td>	Sabato	4-362	ss. Emetto e Cato
5 <th>Domenica</th> <td>5-361</td> <td>s. Amelia</td>	Domenica	5-361	s. Amelia
6 <th>Lunedì</th> <td>6-360</td> <td>Epifania di N.S.</td>	Lunedì	6-360	Epifania di N.S.
7 <th>Martedì</th> <td>7-359</td> <td>s. Raimondo di Peñafort</td>	Martedì	7-359	s. Raimondo di Peñafort
8 <th>Mercoledì</th> <td>8-358</td> <td>s. Massimo</td>	Mercoledì	8-358	s. Massimo
9 <th>Giovedì</th> <td>9-357</td> <td>s. Giuliano</td>	Giovedì	9-357	s. Giuliano
10 <th>Venerdì</th> <td>10-356</td> <td>s. Aldo</td>	Venerdì	10-356	s. Aldo
11 <th>Sabato</th> <td>11-355</td> <td>s. Iginio</td>	Sabato	11-355	s. Iginio
12 <th>Domenica</th> <td>12-354</td> <td>Battesimo di Gesù</td>	Domenica	12-354	Battesimo di Gesù
13 <th>Lunedì</th> <td>13-353</td> <td>s. Ilario</td>	Lunedì	13-353	s. Ilario
14 <th>Martedì</th> <td>14-352</td> <td>s. Felice</td>	Martedì	14-352	s. Felice
15 <th>Mercoledì</th> <td>15-351</td> <td>s. Mauro</td>	Mercoledì	15-351	s. Mauro
16 <th>Giovedì</th> <td>16-350</td> <td>s. Marcello</td>	Giovedì	16-350	s. Marcello

Venerdì	17	17-349	s. Antonio abate
Sabato	18	18-348	s. Liberato
Domenica	19	19-347	s. Mario
Lunedì	20	20-346	ss. Sebastiano e Fabiano
Martedì	21	21-345	s. Agnese
Mercoledì	22	22-344	s. Vincenzo
Giovedì	23	23-343	s. Eusebio
Venerdì	24	24-342	s. Francesco di Sales
Sabato	25	25-341	Convers. di s. Paolo
Domenica	26	26-340	ss. Tito e Timoteo
Lunedì	27	27-339	s. Angela Merici
Martedì	28	28-338	s. Tommaso d'Aquino
Mercoledì	29	29-337	s. Costantino
Giovedì	30	30-336	s. Martino
Venerdì	31	31-335	s. Giovanni Bosco

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

2020

PA146 Frutta e Verdura

- 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 vitamine di frutta e verdura



Le vitamine sono delle sostanze fondamentali per il nostro benessere che vanno assunte attraverso l'alimentazione. Detto che il nostro corpo non è in grado di sintetizzarle, la prima grande classificazione a proposito di vitamine è quella che vede da una parte le vitamine liposolubili e dall'altra quelle idrosolubili. Le prime (vitamine A, D, E, K) sono solubili esclusivamente nei grassi e l'organismo è in grado di accumularle mentre le seconde sono solubili solo in acqua (vitamine C e gruppo B) e non possono essere accumulate, ad eccezione della B12 che invece viene trattenuta dal fegato. Ne va da sé che quando mangiamo cibi con vitamine liposolubili sarebbe bene associare insieme dei grassi per assorbirle meglio, mentre nel caso di assunzione di vitamine idrosolubili è buona cosa associarsi dell'acqua.

Le principali vitamine nello specifico.

Vitamina A: è molto utile per proteggere la vista dallo stress e da malattie come cataratta e degenerazione maculare. In quanto possiede proprietà antiossidanti e antinfiammatorie.

Vitamina B1: è particolarmente importante per la salute del sistema nervoso e del cervello. Tra le sue funzioni c'è poi quella di aiutare la digestione e stimolare l'appetito. La carenza di questa vitamina può causare stanchezza, irritabilità, tachicardia.

Vitamina B2: questa vitamina è fondamentale per il metabolismo e la salute di occhi, pelle, unghie e capelli dato che aiuta la respirazione cellulare e la formazione di nuovi globuli rossi.

Vitamina C: è nota per la sua capacità di dare forza al sistema immunitario e per le sue proprietà antiossidanti. Tra le sue caratteristiche vi è la capacità di facilitare l'assorbimento del ferro.

Vitamina D: è fondamentale per la buona salute delle ossa (dato che regola il metabolismo del calcio) del sistema nervoso e del cuore.

Vitamina E: è nota soprattutto per le sue proprietà antiossidanti e dato che aiuta a contrastare l'invecchiamento cellulare, è spesso presente nei prodotti cosmetici anti-age.

Vitamina K: è utile infatti per la coagulazione del sangue e una sua carenza può provocare epistassi. La vitamina K è contenuta principalmente negli ortaggi a foglia verde.



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Frutta e Verdura per
vivere più a lungo ed in salute



PA148 Coffee & Lounge Bar

- 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**

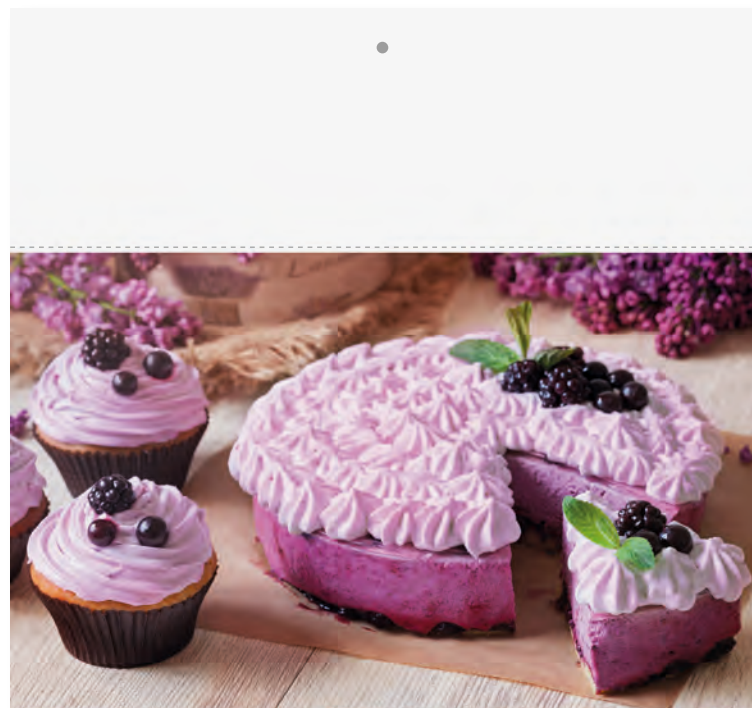


FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Curiosando tra le ricette
dell'**arte dolciaria** nostrana
ed internazionale





GENNAIO 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
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
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

LA SOLA 1 giorno 1.200€ - 2 giorni 2.400€ - 3 giorni 3.600€ - 4 giorni 4.800€ - 5 giorni 6.000€ - 6 giorni 7.200€ - 7 giorni 8.400€ - 8 giorni 9.600€ - 9 giorni 10.800€ - 10 giorni 12.000€ - 11 giorni 13.200€ - 12 giorni 14.400€ - 13 giorni 15.600€ - 14 giorni 16.800€ - 15 giorni 18.000€ - 16 giorni 19.200€ - 17 giorni 20.400€ - 18 giorni 21.600€ - 19 giorni 22.800€ - 20 giorni 24.000€ - 21 giorni 25.200€ - 22 giorni 26.400€ - 23 giorni 27.600€ - 24 giorni 28.800€ - 25 giorni 30.000€ - 26 giorni 31.200€ - 27 giorni 32.400€ - 28 giorni 33.600€ - 29 giorni 34.800€ - 30 giorni 36.000€ - 31 giorni 37.200€

LA LUNA 1 giorno 1.200€ - 2 giorni 2.400€ - 3 giorni 3.600€ - 4 giorni 4.800€ - 5 giorni 6.000€ - 6 giorni 7.200€ - 7 giorni 8.400€ - 8 giorni 9.600€ - 9 giorni 10.800€ - 10 giorni 12.000€ - 11 giorni 13.200€ - 12 giorni 14.400€ - 13 giorni 15.600€ - 14 giorni 16.800€ - 15 giorni 18.000€ - 16 giorni 19.200€ - 17 giorni 20.400€ - 18 giorni 21.600€ - 19 giorni 22.800€ - 20 giorni 24.000€ - 21 giorni 25.200€ - 22 giorni 26.400€ - 23 giorni 27.600€ - 24 giorni 28.800€ - 25 giorni 30.000€ - 26 giorni 31.200€ - 27 giorni 32.400€ - 28 giorni 33.600€ - 29 giorni 34.800€ - 30 giorni 36.000€ - 31 giorni 37.200€

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 35 min Media

INGREDIENTI

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 acqua e lo zucchero di canna e fatele 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.



Burro 80 gr



Biscotti 150 gr



Mascarpone 250 ml



Yogurt Greco 150 gr



Panna 100 gr



Zucchero 100 gr



Latte 50 gr



Gelatina



Mirtilli



Baccello di Vaniglia



Acqua



Zucchero di canna

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Scopri **12 golosissime**
ricette di torte e dolci



GENNAIO

Lunare

Luna in Capricorno

Idal 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.

1 Mercoledì 1-365
Maria Madre di Dio - Capodanno.

2 Giovedì 2-364
ss. Basilio e Gregorio.

3 Venerdì 3-363
s. Gervasio.

4 Sabato 4-362
ss. Ermete e Carlo.

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. 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.

Venerdì 17-349
s. Antonio abate.

Sabato 18-348
s. Liberato.

Domenica 19-347
s. Mario.

Lunedì 20-346
ss. Sebastiano e Fabiano.

Martedì 21-345
s. Agnese.

Mercoledì 22-344
s. Vincenzio.

Giovedì 23-343
s. Eusebio.

Venerdì 24-342
s. Francesco di Sales.

Sabato 25-341
Convers di s. Paolo.

Domenica 26-340
ss. Tito e Timoteo.

Lunedì 27-339
s. Angela Merici.

Martedì 28-338
s. Tommaso d'Aquino.

Mercoledì 29-337
s. Costantino.

Giovedì 30-336
s. Martino.

Venerdì 31-335
s. Giovanni Bosco.

Il Sole nasce ore 07:55 tramonta ore 16:45
Lunghezza del giorno 8h 50m
Luna nuova il 10 gennaio ore 09:24
Luna piena il 25 gennaio ore 09:24
Meteo: a gennaio il tempo sarà prevalentemente soleggiato e moderato, con qualche pioggia.

Dicembre 2019

2020

Febbraio 2020

PA152 **Lunario**

- 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**

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, convolvuli, 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 - Ciprodiano

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 Peñafort

8 Mercoledì
8-358
s. Massimo

9 Giovedì
9-357
s. Giuliano

10 Venerdì
10-356
s. Aldo

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

Venerdì 17
17-349
s. Antonio abate

Sabato 18
18-348
s. Liberato

Domenica 19
19-347
s. Mario

Lunedì 20
20-346
ss. Sebastiano e Fabiano

Martedì 21
21-345
s. Agnese

Mercoledì 22
22-344
s. Vincenzio

Giovedì 23
23-343
s. Eusebio

Venerdì 24
24-342
s. Francesco di Sales

Sabato 25
25-341
Convers. di s. Paolo

Domenica 26
26-340
ss. Tito e Timoteo

Lunedì 27
27-339
s. Angela Merici

Martedì 28
28-338
s. Tommaso d'Aquino

Mercoledì 29
29-337
s. Costanzo

Giovedì 30
30-336
s. Martino

Venerdì 31
31-335
s. Giovanni Bosco

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 realizza mettendo in campo una serie di attività e interventi che potenziano i fattori della salute e scoraggiano eventuali comportamenti che possono invece causare malattie. L'obiettivo è il benessere psico-fisico e il raggiungimento del rischio legato all'aspettativa di vita.

Come si pratica

La prevenzione primaria si può concretizzare in tutti gli stadi di vita sin dai primi anni di vita. In questo numero vi offriamo consigli e suggerimenti per il controllo del peso e della crescita, per la prevenzione delle malattie infettive, per la prevenzione delle malattie croniche, per la prevenzione delle malattie mentali, per la prevenzione delle malattie muscolo-scheletriche, per la prevenzione delle malattie cardiovascolari, per la prevenzione delle malattie oncologiche, per la prevenzione delle malattie respiratorie, per la prevenzione delle malattie dermatologiche, per la prevenzione delle malattie urologiche, per la prevenzione delle malattie ginecologiche, per la prevenzione delle malattie oftalmiche, per la prevenzione delle malattie otorinolaringoiatriche, per la prevenzione delle malattie infettive, per la prevenzione delle malattie croniche, per la prevenzione delle malattie mentali, per la prevenzione delle malattie muscolo-scheletriche, per la prevenzione delle malattie cardiovascolari, per la prevenzione delle malattie oncologiche, per la prevenzione delle malattie respiratorie, per la prevenzione delle malattie dermatologiche, per la prevenzione delle malattie urologiche, per la prevenzione delle malattie ginecologiche, per la prevenzione delle malattie oftalmiche, per la prevenzione delle malattie otorinolaringoiatriche.

Dicembre 2019

Lunedì	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
--------	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

2020

Febbraio 2020

Lunedì	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**

MEDICAL

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	 Trattamenti pediatrici	 Dieta sana	 La cura estetica	 La febbre più diffusa	 La notte	 L'aria	 Sintomi e disturbi	 Disturbi d'ansia	 Caratteristiche psicologiche	 Sintomi dell'influenza	 Sintomi e trattamenti
 Come si pratica	 Trattamenti ospedalieri	 La diagnosi	 Come comportarsi	 Flussi sanitari	 Costi e gestione interna	 Come trattare	 La prevenzione più	 Prezzi e prezzi	 La prevenzione	 La diffusione	 Costi del danno

Ferrari MONZA SP2

Gennaio 2020 duemilaenti

1 Mer 1-966 Mercoledì Sant. 1
Mara Marzà di Chiavari

2 Gio 2-964 Giovedì
S. Rocco (Groggini)

3 Ven 3-963 Venerdì
S. Concetta

4 Sab 4-962 Sabato
S. Felice e Carlo

5 Dom 5-961 Domenica Sant. 2
S. Vito

6 Lun 6-960 Lunedì
S. Felice e Carlo

7 Mar 7-959 Martedì
S. Felice e Carlo

8 Mer 8-958 Mercoledì
S. Felice e Carlo

9 Gio 9-957 Giovedì
S. Felice e Carlo

10 Ven 10-956 Venerdì
S. Felice e Carlo

11 Sab 11-955 Sabato
S. Felice e Carlo

12 Dom 12-954 Domenica Sant. 3
S. Felice e Carlo

13 Lun 13-953 Lunedì
S. Felice e Carlo

14 Mar 14-952 Martedì
S. Felice e Carlo

15 Mer 15-951 Mercoledì
S. Felice e Carlo

16 Gio 16-950 Giovedì
S. Felice e Carlo

17 Ven 17-949 Venerdì
S. Felice e Carlo

18 Sab 18-948 Sabato
S. Felice e Carlo

19 Dom 19-947 Domenica
S. Felice e Carlo

20 Lun 20-946 Lunedì
S. Felice e Carlo

21 Mar 21-945 Martedì
S. Felice e Carlo

22 Mer 22-944 Mercoledì
S. Felice e Carlo

23 Gio 23-943 Giovedì
S. Felice e Carlo

24 Ven 24-942 Venerdì
S. Felice e Carlo

25 Sab 25-941 Sabato
S. Felice e Carlo

26 Dom 26-940 Domenica
S. Felice e Carlo

27 Lun 27-939 Lunedì
S. Felice e Carlo

28 Mar 28-938 Martedì
S. Felice e Carlo

29 Mer 29-937 Mercoledì
S. Felice e Carlo

30 Gio 30-936 Giovedì
S. Felice e Carlo

31 Ven 31-935 Venerdì
S. Felice e Carlo

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

PA162 Auto Sportive

- 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**

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, taglienti e con evidente legame con la ricerca aerodinamica in funzione della stabilità di marcia. Fede 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

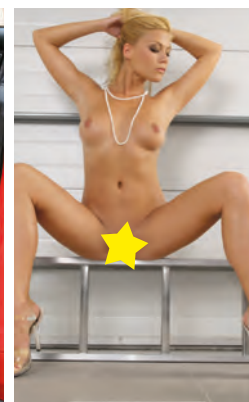
- illustrato mensile 12 fogli
- carta patinata 70 gr.
- testata termosaldada

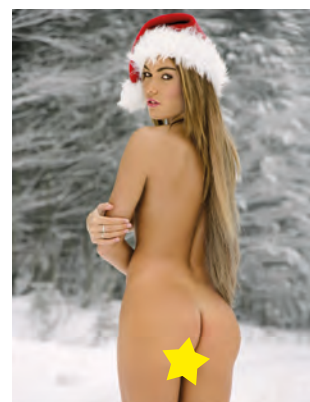
- ☒ f.to calendario: **cm 29x47 ca**
- ☒ f.to testata: **cm 29x9 ca**
- ☒ imballo: **pz. 100**



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

Uno sguardo a 360 gradi
sulla **femminilità**







PA165 Yacht da Sogno

- 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**

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 importante e costosa. Nei regolamenti di regata la parola yacht definisce genericamente ogni imbarcazione che partecipa ed è sottoposta alle regole della competizione. La parola yacht deriva dall'olandese yacht, che significa "caccia". Nelle marine militari nordiche del XVII secolo, questo tipo di unità leggera e veloce aveva funzioni sia esplorative sia di trapiatto. Le aziende produttrici hanno l'obiettivo di rendere questi tipi di imbarcazione molto veloci, leggeri e maneggevoli. Il fatturato della produzione italiana in questo settore ammonta a fine 2017 a circa 2,7-2,8 miliardi di euro.



Si parla di unità da diporto quando si indica un'imbarcazione derivata alla navigazione per scopi sportivi o ricreativi. Le unità da diporto si dividono in tre categorie secondo la attenzione in lunghezza: nautiche da diporto, imbarcazioni da diporto e navi da diporto.

Per nautiche da diporto si intende un'unità da diporto a remi o motore a vela che non supera i dieci metri di lunghezza. In ogni caso non necessitano di licenza nel R.D. di navigazione, imbarcazioni da diporto e navi da diporto.

Per imbarcazioni da diporto si intende un'unità di lunghezza da dieci metri fino a ventiquattro metri. Imbarcazione deve essere iscritta nel R.D. di navigazione e tenuta delle persone trasportabili, sono indicate dalla licenza di navigazione, che deve essere presente a bordo durante la navigazione.

Per navi da diporto si intende un'unità di lunghezza superiore ai 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



NOVITÀ
2020

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 uno dei migliori modi per prevenire le cistiti. Per mantenere la flora batterica in salute è preferibile evitare l'uso di detergenti aggressivi, saponi e profumi. Sono questi piccoli accorgimenti, se uniti alle buone abitudini di igiene, a mantenere in salute il nostro più intimo. La prevenzione delle cistiti può essere fatta anche con l'uso di prodotti a base di probiotici.



La crisi asmatica

L'asma bronchiale è una malattia infiammatoria cronica delle vie respiratorie. Si manifesta con episodi di tosse, respiro sibilante e difficoltà a respirare. La prevenzione dell'asma si basa sull'uso di farmaci e sulla riduzione dei fattori scatenanti. È importante seguire le indicazioni del medico e evitare l'uso di farmaci senza prescrizione.



La pianificazione

La pianificazione è un processo che coinvolge la scelta delle opzioni di cura e la definizione dei tempi e dei luoghi di cura. È importante coinvolgere il medico e il paziente in questo processo, per garantire la migliore cura possibile.



Prevenzione Primaria

La prevenzione primaria è quella che mira a evitare l'insorgenza di una malattia. Si basa sull'adozione di comportamenti salutari e sull'uso di vaccini. È importante seguire le indicazioni del medico e adottare uno stile di vita sano.



Scoliosi e trattamento

La scoliosi è una deformità della colonna vertebrale che si manifesta con una curvatura anormale. Il trattamento dipende dalla gravità della deformità e può includere esercizi fisici, ortesi o chirurgia.



Snappare e obesità

La snappare è un'attività fisica che coinvolge la parte superiore del corpo. È importante adottare uno stile di vita sano e fare esercizio fisico regolare per prevenire l'obesità.



Leucine

Le leucine sono aminoacidi essenziali che svolgono un ruolo importante nella sintesi proteica e nella regolazione del metabolismo. Sono importanti per la salute e il benessere.



Dolore d'anca

Il dolore d'anca è un sintomo che può essere causato da diverse condizioni, come l'artrosi o la frattura. È importante consultare il medico per una diagnosi accurata e un trattamento appropriato.



Trattamenti pediatrici

I trattamenti pediatrici sono quelli che vengono utilizzati per curare le malattie dei bambini. È importante seguire le indicazioni del medico e adottare uno stile di vita sano.



Sintomi dell'infezione

I sintomi dell'infezione possono variare a seconda del tipo di infezione. È importante consultare il medico se si sperimentano sintomi come febbre, tosse o dolore.



La cefalea più diffusa

La cefalea è un sintomo comune che può essere causato da diverse condizioni, come lo stress o la migrazione. È importante adottare uno stile di vita sano e fare esercizio fisico regolare.



Dolori reumatici

I dolori reumatici sono dolori che colpiscono le articolazioni. Sono causati da infiammazione e possono essere trattati con farmaci e fisioterapia.

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 uno dei migliori modi per prevenire le cistiti. Per mantenere la flora batterica in salute è preferibile evitare l'uso di detergenti aggressivi, saponi e profumi. Sono questi piccoli accorgimenti, se uniti alle buone abitudini di igiene, a mantenere in salute il nostro più intimo. La prevenzione delle cistiti può essere fatta anche con l'uso di prodotti a base di probiotici.



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 pregressa 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 sconfiggere, fin dal primo episodio, eventuali successive manifestazioni.



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

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

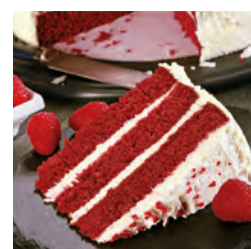


PA187

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**



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**


**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

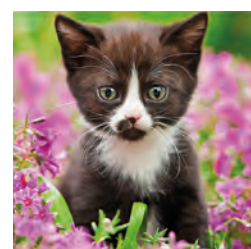


PA191

Silhouette Cani e Gatti

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

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



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

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

OLANDESI FLUO

2020

PA503 Olandese Fluo

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

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

CARTA PATINATA 100 grammi

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



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



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

BL

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





RO

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**



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 termosaldada

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

NOTE

Scrivi
sul **RETRO**
le tue note
mensili



RO



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 termosaldada

☑ f.to calendario: **cm 29x47 ca**

☑ f.to testata: **cm 29x9 ca**

📦 imballo: pz. 100



FORMATO
cm 29x47 ca

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

PA658 Color 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



FORMATO
cm 23x47 ca

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

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