C300

Silhouette

I CUCCIOLI

Mensile Illustrato 12 fogli
Carta Patinata
Stampa 4 colori fronte/retro
Festività Internazionali
Testata Termosaldata

Dimensione Calendario
cm 14x47

Dimensione Testata
cm 14x9

Imballo
Pz. 100

f.to 14x47 ▶

I CUCCIOLI

Pet Therapy

Scopriamo che cos'è e a cosa serve

Cos'è

La Pet Therapy è una co-terapia che si basa sulla relazione che può instaurarsi tra un animale (cane, cavallo, coniglio e altri) e l'uomo apportando benefici alla salute psicofisica di quest'ultimo. Uomini e animali hanno sempre vissuto e lavorato fianco a fianco, beneficiando vicendevolmente di compagnia, forza e coraggio. Per la prima volta alla fine del 1700 i medici impiegano gli animali a scopo terapeutico presso un ospedale psichiatrico, intuendone la capacità di incentivare l'autocontrollo sui pazienti. Nel 1800 Germania e Francia inseriscono gli animali nei progetti di recupero di pazienti con problemi neurologici (in particolare i cavalli), per curare la schizofrenia e la depressione.

In cosa consiste

Il cane deve essere condotto ed accompagnato da una persona esperta, competente e preparata, che sia in grado di leggere il comportamento e le necessità del proprio animale: fattore essenziale per poter svolgere in sicurezza qualsiasi tipo di attività. Gli interventi assistiti dagli animali possono essere di tipo ludico/ricreativo, educativo o terapeutico, con l'intento comune di cercare di migliorare la qualità della vita delle persone coinvolte nei vari progetti senza mai volersi sostituire alla somministrazione di terapie farmacologiche ma affiancandole come co-terapia ed ausilio a programmi già esistenti.

Gli animali più indicati

Le Linee Guida Nazionali raccomandano di coinvolgere negli interventi solo animali da compagnia, quindi cani, gatti, conigli, asini e cavalli. Ogni animale deve essere certificato, deve avere requisiti sanitari e comportamentali, attitudinali e di capacità, valutati da un veterinario esperto in pet therapy. Requisito imprescindibile è la relazione tra il pet e il suo conduttore: solo questo legame permette la buona riuscita di un trattamento. Il conduttore è colui che lo ha addestrato e sarà presente in tutte le sedute di terapia.

BAMBINI, ANZIANI O DIVERSAMENTEABILI, IL CONTATTO CON UN CANE FA BENE A TUTTI.

NON CONFONDERE UN CANE CON UN BABY-SITTER. MAI LASCIARE IL BAMBINO DA SOLO CON LUI.

ILLUSTRATO 12 FOGLI

GENNAIO

FEBBRAIO

MARZO

APRILE

MAGGIO

GIUGNO

LUGLIO

AGOSTO

SETTEMBRE

OTTOBRE

NOVEMBRE

DICEMBRE

C310

Silhouette

FARMACIA

Mensile Illustrato 12 fogli

Carta Patinata

Stampa 4 colori fronte/retro

Festività Internazionali

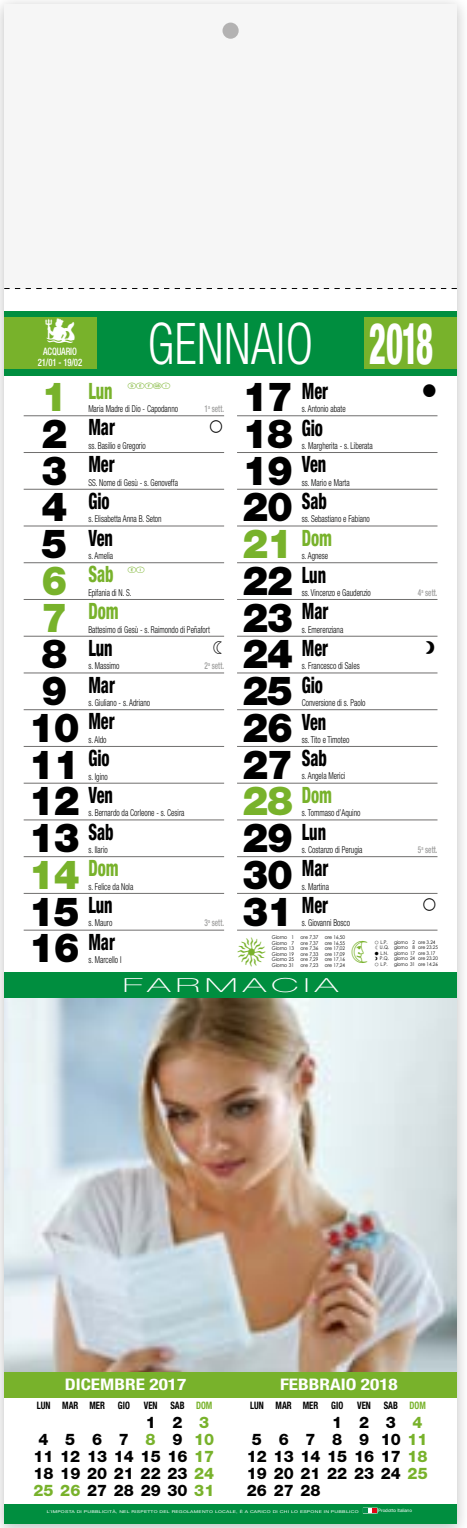
Testata Termosaldata

Dimensione Calendario
cm 14x47

Dimensione Testata
cm 14x9

Imballo
Pz. 100

f.to 14x47 ▶



FARMACIA

I FARMACI DA TENERE SEMPRE IN CASA:

L'armadietto dei medicinali

In ogni casa è buona norma tenere un cosiddetto "armadietto" nel quale custodire le medicine che possono servire nelle piccole patologie. Prima di fornire un elenco indicativo di quelli che potrebbero essere i farmaci utili in casa va ricordato che: La conservazione dei medicinali è importante quanto la loro disponibilità, poiché un medicinale scaduto o non correttamente conservato, nella migliore delle ipotesi può non essere più efficace.

ANALGESICI, ANTIPIRETICI, ANTINFIAMMATORI: contro i sintomi influenzali, malattie da raffreddamento, dolori di varia origine (articolari, mestruali, cefalee...): i più comuni sono l'acido acetilsalicilico, il paracetamolo, l'ibuprofene, il ketoprofene. Il principale effetto collaterale di questi farmaci è il danno gastrico, per cui vanno assunti a stomaco pieno, e sono sconsigliati nei pazienti a rischio di ulcera e gastrite. In questi casi esistono dei preparati gastroprotetti ed è quindi utile rivolgersi al consiglio del farmacista. Esistono anche formulazioni in pomata o gel da usare in caso di dolori causati da traumi lievi (torcicollo, dolori articolari...) o accidentali (cadute, urti...).

ANTIACIDI: dopo un pasto pesante o in caso di nervosismo può comparire il fastidioso bruciore allo stomaco: sono disponibili preparati efficaci in compresse o sciroppi rapidamente efficaci.

ANTIDIARROICI: la diarrea è caratterizzata da ripetute scariche con feci molli o liquide: è un sintomo di infezione intestinale, intossicazione alimentare o altro. I rimedi più comuni sono farmaci astringenti a base di loperamide, ai quali si possono associare i fermenti lattici, utili a ripristinare la corretta flora batterica intestinale, andata persa con le scariche. Se la diarrea persiste è necessario rivolgersi al proprio medico.

ANTISPASTICI: da usare in caso di dolori addominali; il più comune è la scopolamina.

ANTISTAMINICI: sono i farmaci contro le allergie, essi possono essere usati per uso sistemico (cioè per via orale, per esempio nel caso di riniti, prurito...) o topico (cioè per uso esterno, per esempio dopo punture di insetti, eritemi solari...). Un effetto collaterale di quelli sistemici è la sonnolenza. I più comuni sono quelli a base di prometazina.

TOSSE: contro il fastidioso sintomo possono essere usati sciroppi, bustine, gocce; è preferibile non eccedere in prodotti sedativi, tranne che per evitare l'insonnia notturna.

ILLUSTRATO 12 FOGLI

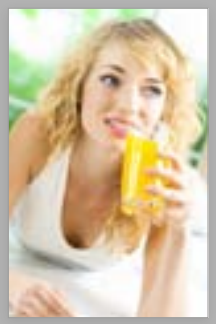
GENNAIO

FEBBRAIO

MARZO

APRILE

MAGGIO



GIUGNO

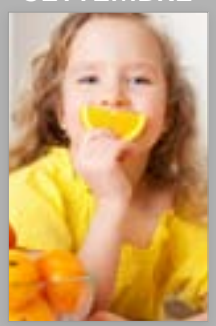
LUGLIO

AGOSTO

SETTEMBRE

OTTOBRE

NOVEMBRE



DICEMBRE

C315

Silhouette

ESTETICA&BEAUTY

Mensile Illustrato 12 fogli

Carta Patinata

Stampa 4 colori fronte/retro

Festività Internazionali

Testata Termosaldata

Dimensione Calendario
cm 14x47

Dimensione Testata
cm 14x9

Imballo
Pz. 100

f.to 14x47 ▶

ESTETICA&BEAUTY

IL MASSAGGIO HOT STONE

GLI EFFETTI BENEFICI

Il massaggio Hot Stone è indicato anche in caso di problemi di salute come insufficienza circolatoria, mal di schiena, dolori cervicali, osteoartrite, dolori articolari e reumatici, fibromialgia, e di disturbi legati alla sfera psicoemotiva come insonnia, ansia, tensione nervosa, stress e depressione. Questo massaggio presenta inoltre un gradito effetto secondario: levigare e tonificare la pelle del corpo. Per godere al massimo degli effetti benefici del massaggio Hot Stone, si consiglia di sottoporsi al trattamento in un giorno senza stress (preferibilmente il sabato o la domenica). Sarebbe infatti un vero spreco se il benessere e il rilassamento generati dal massaggio venissero dissipati subito dopo, rimanendo per ore a lavorare o magari imbottigliati nel traffico! Dopo il trattamento si avverte una sensazione di benessere, rilassamento e positività, con una migliore percezione del proprio corpo.

LE ORIGINI

Gli studi archeologici rivelano che già i Nativi Americani utilizzavano le pietre riscaldate accanto al fuoco per trattare contratture muscolari e dolori vari. La moderna formulazione della terapia Hot Stone si deve tuttavia alla terapista Mary Hannigan Nelson, originaria dell'Arizona, che riprese le conoscenze dei Nativi unendole a una componente spirituale e meditativa della New Age; il massaggio da lei "inventato", chiamato LaStone Therapy. Secondo il protocollo previsto da questo massaggio vengono impiegate 54 pietre calde e 18 fredde: le prime servono per riequilibrare i chakra, ovvero i punti attraverso i quali l'energia dell'Universo entra ed esce dal corpo, mentre il successivo trattamento con le pietre fredde serve per stimolare il sistema nervoso.

ILLUSTRATO 12 FOGLI

GENNAIO

FEBBRAIO

MARZO

APRILE

MAGGIO

GIUGNO

LUGLIO

AGOSTO

SETTEMBRE

OTTOBRE

NOVEMBRE

DICEMBRE

C320

Silhouette

PAPA FRANCESCO

Mensile Illustrato 12 fogli
Carta Patinata
Stampa 4 colori fronte/retro
Festività Internazionali
Testata Termosaldata

Dimensione Calendario
cm 14x47

Dimensione Testata
cm 14x9

Imballo
Pz. 100

f.to 14x47 ▶

PAPA FRANCESCO

Dobbiamo fare della nostra vita un dono d'amore

Cari fratelli e sorelle – ha detto Papa Francesco iniziando la propria riflessione – con parabola del buon samaritano Gesù ci insegna che per ereditare la vita eterna dobbiamo amare Dio sopra ogni cosa e il prossimo come noi stessi.

L'amore cristiano è un amore impegnato, che si concretizza nella vita. Nei gesti concreti di misericordia del Buon Samaritano riconosciamo il stile di agire di Dio che si è rivelato nella storia attraverso azioni segnate dalla compassione. Egli non ignora il nostro dolore e sa quanto abbiamo bisogno del suo aiuto, della sua consolazione, si avvicina a noi e non ci abbandona mai. Il vero amore non fa differenza tra le persone, ma vede tutti come il nostro prossimo che ha bisogno del nostro aiuto e della nostra vicinanza. Pertanto, se vogliamo ereditare la vita eterna, non possiamo ignorare la sofferenza degli uomini, se lo facessimo saremmo ignorando Dio.

Cari fratelli e sorelle – ha dunque concluso Papa Francesco – sull'esempio di Gesù, buon Samaritano, che si china su di noi per guarire le nostre ferite, siamo chiamati a provare compassione e portare loro il nostro aiuto.

Ricordate che camminiamo insieme, aiutandoci vicendevolmente e, come il Buon Samaritano, dobbiamo fare della nostra vita un dono d'amore alle persone che ci stanno accanto. Dio benedica voi e quanti vi sono cari!

ILLUSTRATO 12 FOGLI

GENNAIO

FEBBRAIO

MARZO

APRILE

MAGGIO

GIUGNO

LUGLIO

AGOSTO

SETTEMBRE

OTTOBRE

NOVEMBRE

DICEMBRE

C325

Silhouette

SAN PIO

Mensile Illustrato 12 fogli
Carta Patinata
Stampa 4 colori fronte/retro
Festività Internazionali
Testata Termosaldata

Dimensione Calendario
cm 14x47

Dimensione Testata
cm 14x9

Imballo
Pz. 100

f.to 14x47 ▶

SAN PIO

ILLUSTRATO 12 FOGLI

GENNAIO

FEBBRAIO

MARZO

APRILE

MAGGIO

GIUGNO

LUGLIO

AGOSTO

SETTEMBRE

OTTOBRE

NOVEMBRE

DICEMBRE

C330

Silhouette

TRAVEL PARADISE

Mensile Illustrato 12 fogli
Carta Patinata
Stampa 4 colori fronte/retro
Festività Internazionali
Testata Termosaldata

Dimensione Calendario
cm 14x47

Dimensione Testata
cm 14x9

Imballo
Pz. 100

f.to 14x47 ▶

TRAVEL PARADISE

PLAYA DEL CARMEN
MESSICO

LUOGHI DA VISITARE

Tulum
Tulum è un importante complesso archeologico Maya situato nella penisola dello Yucatan.
La sua particolare posizione sul mare ha fatto si che fosse la prima città Maya ad essere avvistata dagli spagnoli.
La più famosa struttura di Tulum è sicuramente El Castillo, situato in una piccola insenatura permetteva di avere una piena visione del mare e dell'isola di Cozumel.

Oltre alle rovine Maya, una delle particolarità di Tulum sono senza dubbio le spiagge di sabbia finissima e bianca tipiche di tutte le località che si affacciano sul Mar dei Caraibi.

Cozumel
E' un'isola del Mar dei Caraibi vicina alla penisola dello Yucatan. Cozumel come tante altre località della riviera Maya presenta un complesso archeologico molto famoso, quello di San Gervasio.
Nel complesso di San Gervasio si trovano le rovine dei templi consacrati alla dea Ix Chel, la dea Maya della Luna.

Chichen Itza
Chichen Itza è sicuramente il sito archeologico maya più conosciuto ed apprezzato. Situato nel nord della penisola dello Yucatan, le rovine si estendono per più di 3 km. Tra le strutture più famose abbiamo la piramide di Kukulkan, l'osservatorio astronomico (Caracol) e il tempio dei guerrieri. Il sito di Chichen Itza è stato dichiarato patrimonio dell'umanità dall'UNESCO ed inoltre è stato inserito tra le sette meraviglie del mondo nel 2007.

INFO GENERALI

Playa del Carmen è una cittadina messicana situata sulla costa caraibica nella parte nord-orientale dello stato di Quintana Roo. Il suo antico nome è Xaman-Ha che significa Luogo dove sorgono le acque del Nord. Da qui i Maya salpavano per andare a rendere omaggio alla dea della fertilità, Ixchel, nell'isola di Cozumel. È capoluogo del comune di Solidaridad. Le opportunità di lavoro e il clima gradevole tutto l'anno, oltre alla bellezza del Mar dei Caraibi, hanno trasformato questo villaggio di pescatori nell'epicentro di uno sviluppo turistico senza pari al mondo. Con esso sono giunte le infrastrutture, l'assistenza sanitaria, i grandi magazzini, e un tipo di edilizia residenziale spesso di lusso, soprattutto nella zona di Playacar. Sebbene siano molte le grandi e grandissime strutture alberghiere (spesso con animazione) cosiddette all inclusive, le decine di piccoli e carismatici alberghi a Playa del Carmen, trasmettono al visitatore il fascino del piccolo villaggio, mentre una serie infinita di bar, ristoranti e locali sulla Quinta Avenida, l'arteria pedonale, si offrono come alternativa alla moda ai moltissimi ristoranti tipici e alle taquerias facilmente raggiungibili con gli economici taxi. Anche per questo attualmente Playa del Carmen è la località più di successo della cosiddetta Rivera Maya. Se Cancun è definita come una piccola Miami e Tulum è una località più gradita al turismo ecologico e di poche risorse economiche, Playa è perfettamente collegata con qualsiasi sito archeologico o tour ecologico della Penisola, e lo stile informale delle sue notti rende più gradevole la permanenza anche ai più giovani visitatori.

ILLUSTRATO 12 FOGLI

GENNAIO

FEBBRAIO

MARZO

APRILE

MAGGIO

GIUGNO

LUGLIO

AGOSTO

SETTEMBRE

OTTOBRE

NOVEMBRE

DICEMBRE

C335

Silhouette

MOTORI

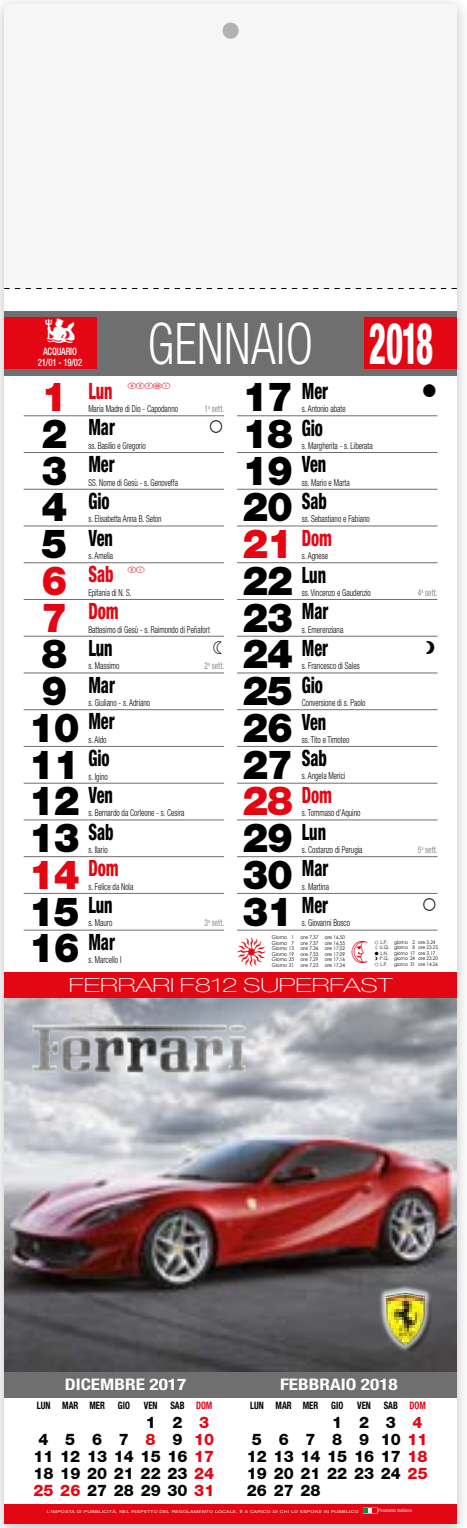
Mensile Illustrato 12 fogli
Carta Patinata
Stampa 4 colori fronte/retro
Festività Internazionali
Testata Termosaldata

Dimensione Calendario
cm 14x47

Dimensione Testata
cm 14x9

Imballo
Pz. 100

f.to 14x47 ▶



MOTORI

FERRARI F812 SUPERFAST

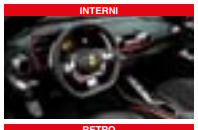
La Ferrari 812 Superfast è una delle regine del Salone di Ginevra 2017 e, dopo aver mostrato le prime foto, oggi vi proponiamo la vettura con la livrea rossa, con il classico colore a cui sono abbinate le vetture della casa di Maranello. La nuova supercar del marchio italiano dispone del motore V12 6.5 litri aspirato da 800 cavalli e 718 Nm di coppia massima, abbinato al cambio automatico a doppia frizione. Le prestazioni sono di livello assoluto: accelerazione da 0 a 100 km/h in 2.9 secondi e velocità massima di 340 chilometri orari.

Tutti i riflettori dello stand Ferrari al Salone di Ginevra sono puntati su di lei, la Ferrari 812 Superfast. Citando il passato del marchio di Maranello la 812 si propone come vera e propria erede della Ferrari F12. Definirla un facelift sarebbe eccessivamente riduttivo: la Superfast introduce talmente tante novità tecniche e aerodinamiche che può considerarsi quasi un nuovo modello. Il V12, largamente aggiornato, è un 6.5 litri aspirato, forse l'ultimo della storia Ferrari, e riesce a superare anche le già elevatissime performance della Ferrari F12tdf.

La nuova Ferrari 812 Superfast dispone di 800 cavalli a 8.500 giri e 718 Nm di coppia massima espressi a 7.000 giri e scaricati a terra dalla sola trazione posteriore. L'80% della coppia è disponibile già a partire dai 3.500 giri, soprattutto grazie al nuovo sistema di condotti d'aspirazione a lunghezza variabile e all'iniezione diretta a 350 bar. Il cambio è un automatico doppia frizione aggiornato rispetto a quello della tdf: i cambi marcia sono ancora più veloci a totale beneficio di piacere di guida e prestazioni.

La Ferrari 812 Superfast riesce così a scattare da 0 a 100 chilometri orari in 2.9 secondi e raggiunge una velocità massima di 340 chilometri all'ora. Tra le novità tecniche si segnala il nuovo servosterzo elettrico EPS, al debutto nell'intera gamma Ferrari. Come la Ferrari F12tdf anche la Ferrari 812 Superfast sfrutta il sistema Passo Corto Virtuale 2.0 con doppio asse sterzante pensato per rendere più agile la sportiva e migliorarne al contempo la tenuta di strada.

INTERNI



DETTAGLIO

RETRO

MOTORE

LUNGHEZZA	LARGHEZZA	ALTEZZA
465 cm.	197 cm.	127 cm.

NUM. POSTI	MOTORE	GARANZIA
2	V12 6.5L	3 anni km illimitati

ILLUSTRATO 12 FOGLI

GENNAIO

FEBBRAIO

MARZO

APRILE

MAGGIO

GIUGNO

LUGLIO

AGOSTO

SETTEMBRE

OTTOBRE

NOVEMBRE

DICEMBRE

C350

Silhouette

CUCINA

Mensile Illustrato 12 fogli

Carta Patinata

Stampa 4 colori fronte/retro

Festività Internazionali

Testata Termosaldata

Dimensione Calendario
cm 14x47

Dimensione Testata
cm 14x9

Imballo
Pz. 100

f.to 14x47 ▶

CUCINA

ILLUSTRATO 12 FOGLI

GENNAIO

FEBBRAIO

MARZO

APRILE

MAGGIO

GIUGNO

LUGLIO

AGOSTO

SETTEMBRE

OTTOBRE

NOVEMBRE

DICEMBRE

C360

Silhouette

CARNE IN TAVOLA

Mensile Illustrato 12 fogli
Carta Patinata
Stampa 4 colori fronte/retro
Festività Internazionali
Testata Termosaldata

Dimensione Calendario
cm 14x47

Dimensione Testata
cm 14x9

Imballo
Pz. 100

f.to 14x47 ▶

CARNE IN TAVOLA

MEDAGLIONI DI MANZO

all'aceto balsamico

4 PERSONE
difficoltà: facile

INGREDIENTI

800 gr manzo
q.b. rosmarino
45 gr burro
pancetta tesa 8 fette
q.b. olio di oliva extravergine
q.b. sale
q.b. pepe
250 ml aceto balsamico
cannella in stecche 1
chiodi di garofano 4
ginepro 3 bacche

PREPARAZIONE

Per preparare i medaglioni di filetto al balsamico, iniziate a ricavare dalla carne di manzo 4 medaglioni di circa 200 gr l'uno. Avvolgeteli con 2 fettine di pancetta ciascuno e legateli con spago da cucina perché tengano la forma. Inserite qualche rametto di rosmarino per aromatizzare la carne; poi in una padella ampia versate un filo d'olio e unite il burro per farlo sciogliere a fuoco dolce. Quindi adagiate i filetti di manzo per farli rosolare a fuoco vivace 3-5 minuti in base al grado di cottura che preferite. A metà cottura, girate i filetti per farli scottare anche dell'altro lato. Una volta pronti, toglieteli dalla padella e utilizzate lo stesso fondo di cottura per realizzare la salsa: versate in padella l'aceto balsamico, le bacche di ginepro schiacciate unite anche i chiodi di garofano e la stecca di cannella. Fate cuocere e ridurre la salsa, salate a piacere e spegnete il fuoco. Filtrate la salsa al balsamico per eliminare i residui delle spezie e condite i medaglioni di filetto versandola a filo.

ILLUSTRATO 12 FOGLI

GENNAIO

FEBBRAIO

MARZO

APRILE

MAGGIO

GIUGNO

LUGLIO

AGOSTO

SETTEMBRE

OTTOBRE

NOVEMBRE

DICEMBRE

C370

Silhouette

CABALA

Mensile Illustrato 12 fogli

Carta Patinata

Stampa 4 colori fronte/retro

Festività Internazionali

Testata Termosaldata

Dimensione Calendario
cm 14x47

Dimensione Testata
cm 14x9

Imballo
Pz. 100

f.to 14x47 ▶

CABALA

Cominciate a prendere l'abitudine di porre sul comodino un taccuino ed una penna, per poter annotare immediatamente i dettagli ed evitare, come spesso accade, di dimenticarne il contenuto nelle prime ore del mattino. La tradizione vuole che il sogno rimanga segreto, senza mai essere raccontato ad amici o parenti, prima della giocata. La fase successiva, prevede una riflessione attenta, evidenziando ed interpretando quei particolari criptati, che comunque si sono presentati nitidamente ai nostri occhi. Molto spesso, il significato si cela dietro ad un particolare momento che si sta attraversando, un desiderio forte o a qualcosa che ha catturato inevitabilmente la nostra attenzione. Tuttavia, anche nel sogno più assurdo si può nascondere la Dea Bendata. Dopo aver preso nota degli oggetti, delle persone e delle situazioni più salienti, andrà consultato il Libro della Smorfia. Alcuni siti web, presentano una lista completa di parole e le relative cifre corrispondenti; mentre altri, come Numerando.it possiedono addirittura un archivio dei sogni già "smorfiati", nonché un'apposita sezione dedicata alla trascrizione di tutti i dettagli, che permetterà di ricevere nella più completa comodità e privacy il responso tramite e-mail, con i numeri associati. Per i più tradizionalisti, ogni ricevitoria possiede il suo Libro della Smorfia. Sfogliatelo, ricordando di associare ad ogni parola uno dei 90 numeri del Lotto, giocandoli su una delle undici ruote corrispondenti. È consuetudine ripetere la giocata tre volte consecutive, qualora la vincita non si verificasse già alla prima. Buona Fortuna!

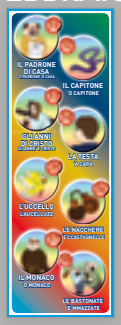
ILLUSTRATO 12 FOGLI

GENNAIO

FEBBRAIO

MARZO

APRILE



MAGGIO

GIUGNO

LUGLIO

AGOSTO

SETTEMBRE

OTTOBRE

NOVEMBRE

DICEMBRE