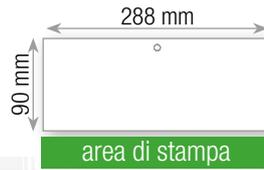
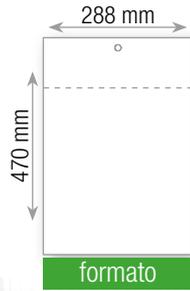


# IL3111 GASTRONOMIA

mensile 12 fogli

carta: patinata lucida

allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



**Gastronomia 2024**

**Gennaio**

<b>1</b> lun	1-304	17 mer	17-348
<b>2</b> mar	2-303	<b>18</b> gio	18-347
<b>3</b> mer	3-302	<b>19</b> ven	19-346
<b>4</b> gio	4-301	<b>20</b> sab	20-345
<b>5</b> ven	5-300	<b>21</b> dom	21-344
<b>6</b> sab	6-299	<b>22</b> lun	22-343
<b>7</b> dom	7-298	<b>23</b> mar	23-342
<b>8</b> lun	8-297	<b>24</b> mer	24-341
<b>9</b> mar	9-296	<b>25</b> gio	25-340
<b>10</b> mer	10-295	<b>26</b> ven	26-339
<b>11</b> gio	11-294	<b>27</b> sab	27-338
<b>12</b> ven	12-293	<b>28</b> dom	28-337
<b>13</b> sab	13-292	<b>29</b> lun	29-336
<b>14</b> dom	14-291	<b>30</b> mar	30-335
<b>15</b> lun	15-290	<b>31</b> mer	31-334
<b>16</b> mar	16-289		

**Spaghetti all'astice**

**gli ingredienti:**

- Spaghetti (500 g. Singolini)
- Arastice (1 kg. circa)
- Peperoncino (50 g.)
- Aglio (2 spicchi)
- 1 litro d'olio extravergine di oliva
- Sale grosso (quanto basta)
- Preparazione: 10 min.

**la preparazione:**

Preparare il sugo: in un pentolone scaldare l'olio con il peperoncino e l'aglio. Aggiungere l'arastice e cuocere per 20 minuti. Aggiungere il sale e il sale grosso. Cuocere per 20 minuti. Aggiungere il sale e il sale grosso. Cuocere per 20 minuti.

**Un antipasto sfizioso... Arancini al Tonno sott'olio**

**ingredienti:**

- 100 g di riso
- 200 g di tonno sott'olio
- 100 g di formaggio
- 100 g di pan di tonno
- 100 g di salsa di pomodoro
- 100 g di cipolla
- 100 g di carota
- 100 g di basilico
- 100 g di origano
- 100 g di sale
- 100 g di olio extravergine di oliva

**preparazione:**

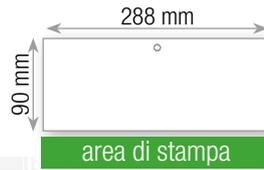
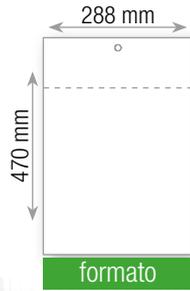
Preparare il sugo: in un pentolone scaldare l'olio con la cipolla, la carota e il basilico. Aggiungere il tonno sott'olio e il formaggio. Cuocere per 10 minuti. Aggiungere il pan di tonno e la salsa di pomodoro. Cuocere per 10 minuti. Aggiungere il sale e il sale grosso. Cuocere per 10 minuti.

format pagina retro



# IL3110 CARNE

mensile 12 fogli  
 carta: patinata lucida  
 allestimento: termosaldatura Tecnoblok



17 mer	18 gio	19 ven	20 sab	21 dom	22 lun	23 mar	24 mer	25 gio	26 ven	27 sab	28 dom	29 lun	30 mar	31 mer
17 388	18 247	19 349	20 398	21 343	22 344	23 342	24 341	25 340	26 338	27 338	28 337	29 338	30 334	31 334
S. Antonio Ab.	S. Liberata	S. Maria In	S. Sordani e Fabbri	S. Agostin	S. Antonino	S. Antonino	S. Francesco di Sales	S. Carlo	S. Zeno e Teodoro	S. Maria Maddalena	S. Tommaso d'Aquino	S. Costantino e Donato	S. Marcellino	S. Quirico e Giuliano

**Costata Fiorentina**

**gli ingredienti:**

- 1000 g di carne di maiale
- 100 g di cipolla
- 100 g di carota
- 100 g di sedano
- 100 g di finocchio
- 100 g di prezzemolo
- 100 g di rosmarino
- 100 g di origano
- 100 g di sale
- 100 g di pepe

**la preparazione:**

1. Pulire la carne di maiale e tagliarla a pezzi. 2. Pulire le verdure e tagliarle a pezzi. 3. Mettere la carne e le verdure in una pentola. 4. Aggiungere il sale e il pepe. 5. Cuocere a fuoco lento per 2 ore. 6. Servire con il prezzemolo e il rosmarino.

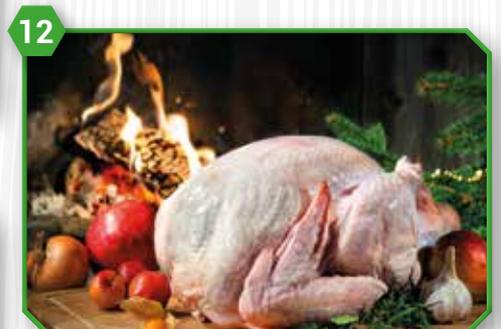
**Le regole della "Fiorentina"**

1. La "Fiorentina" è un affettato molto sottile. 2. Deve essere cotta a fuoco lento. 3. Deve essere servita con il prezzemolo e il rosmarino. 4. Deve essere servita con il sale e il pepe.

**Dal punto di vista culinario**

1. La "Fiorentina" è un affettato molto sottile. 2. Deve essere cotta a fuoco lento. 3. Deve essere servita con il prezzemolo e il rosmarino. 4. Deve essere servita con il sale e il pepe.

format pagina retro

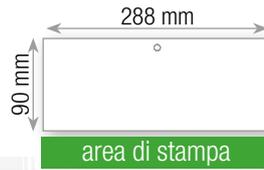
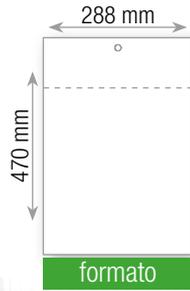






**IL3115 DOLCI**

mensile 12 fogli  
 carta: patinata lucida  
 allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



DECEMBRE	1 Lun	2 mar	3 mer	4 gio	5 ven	6 sab	7 dom	8 lun	9 mar	10 mer	11 gio	12 ven	13 sab	14 dom	15 lun	16 mar	17 mer	18 gio	19 ven	20 sab	21 dom	22 lun	23 mar	24 mer	25 gio	26 ven	27 sab	28 dom	29 lun	30 mar	31 mer	FEBBRAIO
1 ven	1-MS S. Vito	2-MS S. Basilio	3-MS S. Gerardo	4-MS S. Felice	5-MS S. Andrea	6-MS S. Felice	7-MS S. Felice	8-MS S. Felice	9-MS S. Felice	10-MS S. Felice	11-MS S. Felice	12-MS S. Felice	13-MS S. Felice	14-MS S. Felice	15-MS S. Felice	16-MS S. Felice	17-MS S. Felice	18-MS S. Felice	19-MS S. Felice	20-MS S. Felice	21-MS S. Felice	22-MS S. Felice	23-MS S. Felice	24-MS S. Felice	25-MS S. Felice	26-MS S. Felice	27-MS S. Felice	28-MS S. Felice	29-MS S. Felice	30-MS S. Felice	31-MS S. Felice	1-MS S. Felice

**Dolci Tentazioni**

**Cheesecake fredda**

**INGREDIENTI:**

- 100g di formaggio
- 100g di panna
- 100g di zucchero
- 100g di frutta

**Preparazione della Cheesecake**

- Preparare la preparazione della cheesecake fredda...
- Mettere in ammollo la gelatina...
- Fare raffreddare e aggiungere...

format pagina retro

1



2



3



4



5



6



7



8



9



10



12

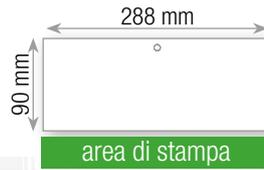
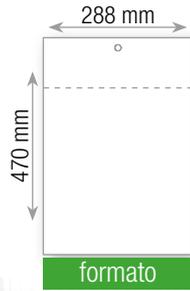


11

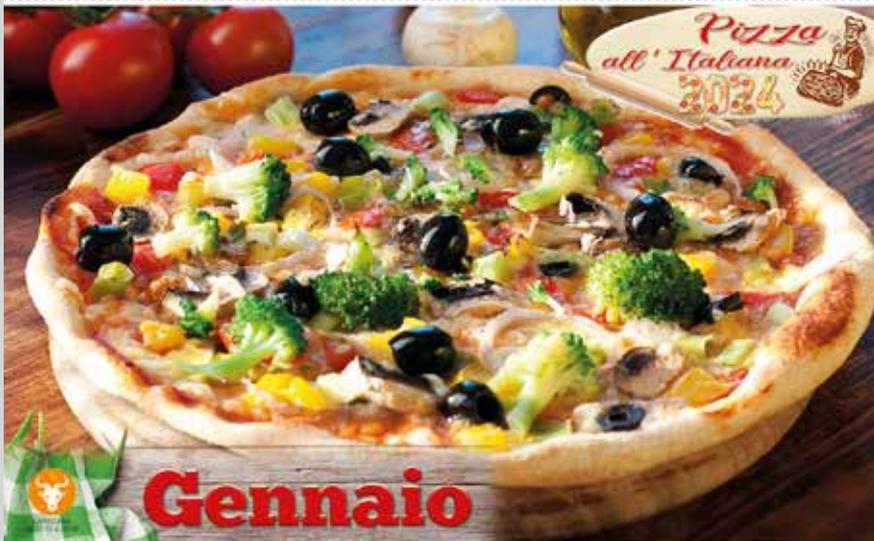
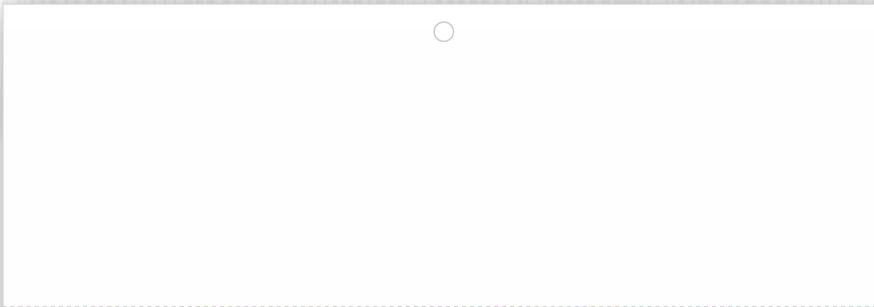


# IL3114 PIZZA

mensile 12 fogli  
 carta: patinata lucida  
 allestimento: termosaldatura Tecnoblok

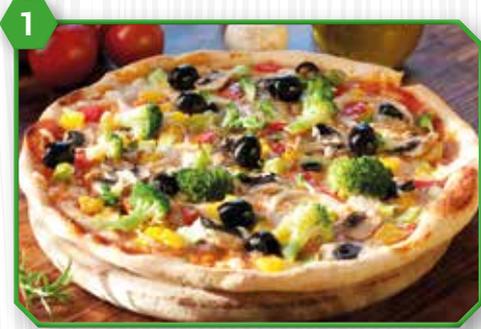


imballo da 100 pz.



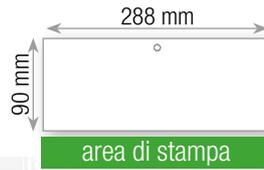
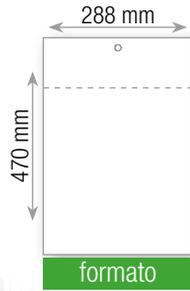
format pagina retro

DICEMBRE		17 mer		FEBBRAIO	
1 ven	1 lun	17 sab	1 gen	1 gen	1 gen
2 sab	2 mar	S. Antonio abate	2 ven	2 ven	2 ven
3 dom	3 gio	18 gio	3 sab	3 sab	3 sab
4 lun	4 ven	19 ven	4 dom	4 dom	4 dom
5 mar	5 sab	20 sab	5 lun	5 lun	5 lun
6 mer	6 dom	21 dom	6 mar	6 mar	6 mar
7 gio	7 lun	22 lun	7 gio	7 gio	7 gio
8 ven	8 mar	23 mar	8 ven	8 ven	8 ven
9 sab	9 gio	24 mer	9 sab	9 sab	9 sab
10 dom	10 ven	25 gio	10 dom	10 dom	10 dom
11 lun	11 sab	26 ven	11 lun	11 lun	11 lun
12 mar	12 dom	27 sab	12 mar	12 mar	12 mar
13 mer	13 lun	28 dom	13 gio	13 gio	13 gio
14 gio	14 mar	29 lun	14 ven	14 ven	14 ven
15 ven	15 gio	30 mar	15 sab	15 sab	15 sab
16 sab	16 ven	31 mer	16 dom	16 dom	16 dom
17 dom	17 sab		17 lun	17 lun	17 lun
18 lun	18 dom		18 mar	18 mar	18 mar
19 mar	19 lun		19 gio	19 gio	19 gio
20 mer	20 mar		20 ven	20 ven	20 ven
21 gio	21 gio		21 sab	21 sab	21 sab
22 ven	22 ven		22 dom	22 dom	22 dom
23 sab	23 sab		23 lun	23 lun	23 lun
24 dom	24 dom		24 mar	24 mar	24 mar
25 lun	25 lun		25 gio	25 gio	25 gio
26 mar	26 mar		26 ven	26 ven	26 ven
27 gio	27 gio		27 sab	27 sab	27 sab
28 ven	28 ven		28 dom	28 dom	28 dom
29 sab	29 sab		29 lun	29 lun	29 lun
30 dom	30 dom		30 mar	30 mar	30 mar
31 lun	31 lun		31 gio	31 gio	31 gio



# IL3112 PANE

mensile 12 fogli  
 carta: patinata lucida  
 allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



## Gennaio

17 mar	17 ago	17 ago	17 ago
17 mar	17 ago	17 ago	17 ago
18 gio	18 ago	18 ago	18 ago
19 ven	19 ago	19 ago	19 ago
20 sab	20 ago	20 ago	20 ago
21 dom	21 ago	21 ago	21 ago
22 lun	22 ago	22 ago	22 ago
23 mar	23 ago	23 ago	23 ago
24 mer	24 ago	24 ago	24 ago
25 gio	25 ago	25 ago	25 ago
26 ven	26 ago	26 ago	26 ago
27 sab	27 ago	27 ago	27 ago
28 dom	28 ago	28 ago	28 ago
29 lun	29 ago	29 ago	29 ago
30 mar	30 ago	30 ago	30 ago
31 mer	31 ago	31 ago	31 ago

### Le varie tipologie di Pane Regionale

### La Storia del Pane

Furono gli Egizi i primi veri panettieri.

**1** La storia del pane è una storia affascinante, lunga più di 10.000 anni. Il pane è uno dei cibi più importanti per l'uomo, e la sua preparazione è un'arte che si è sviluppata nel tempo. In Italia, il pane ha una grande varietà di tipi, che variano da regione a regione. La storia del pane è legata a quella della civiltà umana, e ha visto molte innovazioni e scoperte. In Italia, il pane è sempre stato un alimento importante, e ha accompagnato la vita delle persone in ogni epoca. La storia del pane è una storia di tradizione e di cultura, e ha visto molte innovazioni e scoperte. In Italia, il pane è sempre stato un alimento importante, e ha accompagnato la vita delle persone in ogni epoca.

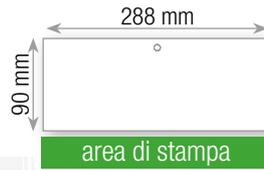
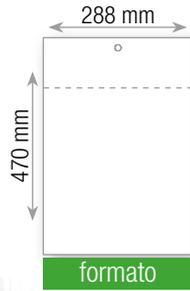


format pagina retro



# IL3120 RICETTARIO REGIONALE

mensile 12 fogli  
 carta: patinata lucida  
 allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



## GENNAIO 2024

DEC 2023	1 lunedì	17 mercoledì	FEB 2024
1 ven	2 martedì	18 giovedì	1 gio
2 sab	3 mercoledì	19 venerdì	2 ven
3 dom	4 giovedì	20 sabato	3 sab
4 lun	5 venerdì	21 domenica	4 dom
5 mar	6 sabato	22 lunedì	5 lun
6 mer	7 domenica	23 martedì	6 mar
7 gio	8 lunedì	24 mercoledì	7 mer
8 ven	9 martedì	25 giovedì	8 gio
9 sab	10 mercoledì	26 venerdì	9 ven
10 dom	11 giovedì	27 sabato	10 sab
11 lun	12 venerdì	28 domenica	11 dom
12 mar	13 sabato	29 lunedì	12 lun
13 mer	14 domenica	30 martedì	13 mar
14 gio	15 lunedì	31 mercoledì	14 mer
15 ven			15 gio
16 sab			16 ven
17 dom			17 sab
18 lun			18 dom
19 mar			19 lun
20 mer			20 mar
21 gio			21 mer
22 ven			22 gio
23 sab			23 ven
24 dom			24 sab
25 lun			25 dom
26 mar			26 lun
27 mer			27 mar
28 gio			28 mer
29 ven			29 gio
30 sab			
31 dom			

la ricetta del mese

conchiglioni farciti

### Conchiglioni farciti

*Ingredienti per 4 persone*

- 1 kg Conchiglioni n.10
- 1 kg Salsiccia n.10

**L'alternativa...**

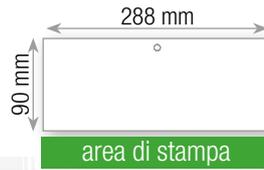
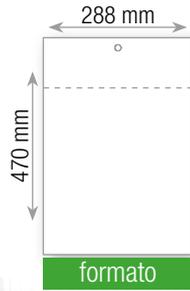
**La preparazione**

format pagina retro



# IL3122 FRUTTA E ORTAGGI

mensile 12 fogli  
 carta: patinata lucida  
 allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



# Gennaio

**1 Lunedì**  
1-30  
Natale (Festività)

**2 Martedì**  
2-31  
S. Basilio

**3 Mercoledì**  
3-31  
S. Costantino

**4 Giovedì**  
4-30  
S. Felice

**5 Venerdì**  
5-31  
S. Antonio

**6 Sabato**  
6-30  
Epifania del Signore

**7 Domenica**  
7-30  
Epifania di Gesù

**8 Lunedì**  
8-31  
S. Magno

**9 Martedì**  
9-31  
S. Silvano

**10 Mercoledì**  
10-30  
S. Abbi

**11 Giovedì**  
11-30  
S. Agostino

**12 Venerdì**  
12-30  
S. Massimo

**13 Sabato**  
13-31  
S. Siro

**14 Domenica**  
14-31  
S. Felice

**15 Lunedì**  
15-31  
S. Massimo

**16 Martedì**  
16-30  
S. Marcellino

In questo mese:

Gli agrumi, tanto gusto per un sano benessere.

Le proprietà benefiche del radicchio

**17 Mercoledì**  
17-30  
S. Felice

**18 Giovedì**  
18-30  
S. Felice

**19 Venerdì**  
19-31  
S. Felice

**20 Sabato**  
20-30  
S. Felice

**21 Domenica**  
21-30  
S. Felice

**22 Lunedì**  
22-31  
S. Felice

**23 Martedì**  
23-31  
S. Felice

**24 Mercoledì**  
24-31  
S. Felice

**25 Giovedì**  
25-31  
S. Felice

**26 Venerdì**  
26-31  
S. Felice

**27 Sabato**  
27-30  
S. Felice

**28 Domenica**  
28-31  
S. Felice

**29 Lunedì**  
29-31  
S. Felice

**30 Martedì**  
30-31  
S. Felice

**31 Mercoledì**  
31-31  
S. Felice

DICEMBRE 2023							GENNAIO 2024						
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
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

# Gennaio

**17 Mercoledì**  
17-30  
S. Felice

**18 Giovedì**  
18-30  
S. Felice

**19 Venerdì**  
19-31  
S. Felice

**20 Sabato**  
20-30  
S. Felice

**21 Domenica**  
21-30  
S. Felice

**22 Lunedì**  
22-31  
S. Felice

**23 Martedì**  
23-31  
S. Felice

**24 Mercoledì**  
24-31  
S. Felice

**25 Giovedì**  
25-31  
S. Felice

**26 Venerdì**  
26-31  
S. Felice

**27 Sabato**  
27-30  
S. Felice

**28 Domenica**  
28-31  
S. Felice

**29 Lunedì**  
29-31  
S. Felice

**30 Martedì**  
30-31  
S. Felice

**31 Mercoledì**  
31-31  
S. Felice

Le proprietà e i benefici naturali del radicchio rosso.

**21 Domenica**  
21-30  
S. Felice

**22 Lunedì**  
22-31  
S. Felice

**23 Martedì**  
23-31  
S. Felice

**24 Mercoledì**  
24-31  
S. Felice

**25 Giovedì**  
25-31  
S. Felice

**26 Venerdì**  
26-31  
S. Felice

**27 Sabato**  
27-30  
S. Felice

**28 Domenica**  
28-31  
S. Felice

**29 Lunedì**  
29-31  
S. Felice

**30 Martedì**  
30-31  
S. Felice

**31 Mercoledì**  
31-31  
S. Felice

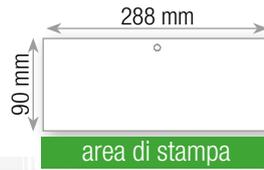
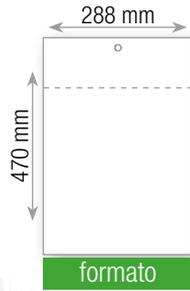
DICEMBRE 2023							GENNAIO 2024						
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7
11	12	13	14	15	16	17	8	9	10	11	12	13	14
18	19	20	21	22	23	24	15	16	17	18	19	20	21
25	26	27	28	29	30	31	22	23	24	25	26	27	28

format pagina retro



# IL3124 ORTO E GIARDINO

mensile 12 fogli  
carta: patinata lucida  
allestimento: termosaldatura Tecnoblok



## Gennaio

CAPICORNO 14/20 12/11/21

**1 Lunedì**  
1-201  
Messa Solenne di Dio

**2 Martedì**  
3-204  
S. Basilio v.

**3 Mercoledì**  
3-207  
S. Genesio

**4 Giovedì**  
4-202  
S. Eusebio

**5 Venerdì**  
5-201  
S. Andrea

**6 Sabato**  
6-206  
Epifania del Signore

**7 Domenica**  
7-208  
Dedicatione di Gesù

**8 Lunedì**  
8-204  
S. Massimo

**9 Martedì**  
9-207  
S. Sabino v.

**10 Mercoledì**  
10-204  
S. Aldo

**11 Giovedì**  
11-204  
S. Gino Pace

**12 Venerdì**  
12-204  
S. Stefano

**13 Sabato**  
13-204  
S. Ilario

**14 Domenica**  
14-207  
S. Felice

**15 Lunedì**  
15-201  
S. Maurizio

**16 Martedì**  
16-200  
S. Mansueto

**I lavori nell'orto**

Ci dedicheremo alla semina di

zucchine e aglio in acqua calda

Raccoglieremo gli ortaggi tipici della stagione invernale.

**I lavori in giardino**

Teniamo puliti prati e aiuole da foglie e rami secchi.

Dedichiamoci alla potatura di rose e siepi a fioritura primaverile o estiva.

**Mercoledì 17**  
17-240  
S. Antonio

**Giovedì 18**  
18-240  
S. Leontio

**Venerdì 19**  
19-242  
S. Maria

**Sabato 20**  
20-240  
S. Sebastiano

**Domenica 21**  
21-240  
S. Agostino

**Lunedì 22**  
22-240  
S. Silvestro

**Martedì 23**  
23-240  
S. Eusebio

**Mercoledì 24**  
24-240  
S. Felice e Adelfo

**Giovedì 25**  
25-240  
Giovanna e S. Paolo

**Venerdì 26**  
26-240  
S. Nicola e Teodoro

**Sabato 27**  
27-240  
S. Aquilino

**Domenica 28**  
28-238  
S. Innocenzo di Anagni

**Lunedì 29**  
29-237  
S. Costanzo

**Martedì 30**  
30-237  
S. Stefano

**Mercoledì 31**  
31-236  
S. Giustino

**DICEMBRE 2023**

				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

# 2024

**FEBBRAIO 2024**

			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			



format pagina retro

**1** **I lavori nell'orto**

**Coltivare le piante erbacee**

Raccogliamo gli ortaggi tipici della stagione invernale

**I lavori in giardino**

Teniamo puliti prati e aiuole da foglie e rami secchi.

Dedichiamoci alla potatura di viti e siepi a fioritura primaverile o estiva.





**2** **I lavori nell'orto**

**IN QUESTO MESE:**  
trapiantiamo lattuga e insalate a foglia.

semina in piena terra il...

fagioli ed ancora fave e piselli.

**I lavori in giardino**

Ritroviamo foglie secche ed erbacce.

Continuiamo la potatura di arbusti.





**3** **I lavori nell'orto**

Vanghiamo e trapiantiamo in piena terra di tanti ortaggi primaverili ed estivi.

Raccogliamo tante delizie dal nostro orto.

**I lavori in giardino**

In questo mese provvederemo a una buona vangatura del terreno per espellere le erbe pianti che arricchiscono il nostro giardino.





**4** **I lavori nell'orto**

**Coltivare le piante erbacee**

Raccogliamo le delizie del nostro orto.

**I lavori in giardino**

Prepariamo le aiuole per la primavera.




**5** **I lavori nell'orto**

È il momento di svernare i rami ed altre succulente. Chi ha spazio a disposizione potrà piantare le zucche.

**I lavori in giardino**

Prima di acquistare nuove piante per il nostro giardino, consigliamo di consultare da un vivaista esperto.





**6** **I lavori nell'orto**

Se le piante non crescono, il vostro orto richiede irrigazione e concimazione.

Comincia la raccolta dei primi ortaggi estivi.

**I lavori in giardino**

Le nostre piante necessitano di irrigazione ben regolare e l'ultima dose di concime prima del grande caldo.





**7** **I lavori nell'orto**

Trapiantiamo in piena terra ortaggi tipicamente invernali.

Il raccolto di fagioli e il pisello di tutto l'anno.

**I lavori in giardino**

Il nostro giardino si arricchisce di colori.

Dedichiamo molta attenzione all'irrigazione frequente ed alla potatura dei fiori secchi sulle piante di rose e gerani.





**8** **I lavori nell'orto**

Dedichiamoci al trapianto di finocchi, lattughe, insalate.

Il raccolto ci offre un'ampia gamma di colori.

**I lavori in giardino**

Curiamo costantemente il nostro spazio in giardino.

Il forte caldo di quest'estate non ci permette di lavorare e soprattutto di sistemare le aiuole.

Chi ha un gran bisogno di acqua potrà...





**9** **I lavori nell'orto**

Piantiamo cavolfiori, fave, vicia e piselli.

Raccogliamo gli ultimi frutti della stagione estiva che il nostro orto ci offre.

**I lavori in giardino**

Il nostro giardino comincia a perdere i suoi vivaci colori. I settantenni, la vivonica e le fucine di vari generi, si possono offrire una meravigliosa fioritura ancora per molto tempo.





**10** **I lavori nell'orto**

È tempo di seminare fagioli e le scalotte.

L'orto è pronto per offrirci fagioli porlotti e fagioli verdi.

**I lavori in giardino**

Raccogliamo le foglie cadute per crearne una buona pacciamatura.

Prepariamo le aiuole per le nuove piante.





**11** **I lavori nell'orto**

Semina di fave, piselli, fagioli, ed anche ceci e lenticchie.

Raccogliamo spinaci, zucca e vicia.

**I lavori in giardino**

Prepariamo le aiuole per le nuove piante e trapiantiamo a diverse le bulbose e fioriture primaverili.





**12** **I lavori nell'orto**

Questo è il periodo migliore per la semina delle patate.

Il nostro orto ci regala i buoni ortaggi invernali.

**I lavori in giardino**

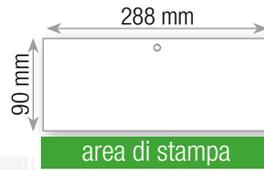
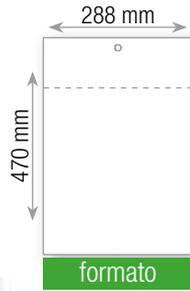
Vivette e Pirinide: i fiori che mantengono vivo e colorato il nostro giardino in autunno.





# IL3123 FARMACIA

mensile 12 fogli  
carta: patinata lucida  
allestimento: termosaldatura Tecnoblok



# GENNAIO

<b>1</b>	<b>Lunedì</b> 1.866 S. Maria Mater di Dio	<b>17</b>	<b>Mercoledì</b> 17.049 S. Antonio abate
<b>2</b>	<b>Martedì</b> 2.304 S. Costantino	<b>18</b>	<b>Giovedì</b> 18.548 S. Liberto
<b>3</b>	<b>Mercoledì</b> 3.903 S. Gerardo	<b>19</b>	<b>Venerdì</b> 19.347 S. Maria m.
<b>4</b>	<b>Giovedì</b> 4.302 S. Orsola	<b>20</b>	<b>Sabato</b> 20.346 S. Sebastiano
<b>5</b>	<b>Venerdì</b> 5.361 S. Anna	<b>21</b>	<b>Domenica</b> 21.346 S. Agostino
<b>6</b>	<b>Sabato</b> 6.360 Epilano del Signore	<b>22</b>	<b>Lunedì</b> 22.344 S. Francesco m.
<b>7</b>	<b>Domenica</b> 7.028 Raffaello di Sordani	<b>23</b>	<b>Martedì</b> 23.343 S. Trinità
<b>8</b>	<b>Lunedì</b> 8.048 S. Massimo	<b>24</b>	<b>Mercoledì</b> 24.341 S. Francesco di Sales
<b>9</b>	<b>Martedì</b> 9.057 S. Giuliano m.	<b>25</b>	<b>Giovedì</b> 25.341 S. Costantino
<b>10</b>	<b>Mercoledì</b> 10.060 S. Rita	<b>26</b>	<b>Venerdì</b> 26.340 S. Filiberto
<b>11</b>	<b>Giovedì</b> 11.063 S. Ignazio	<b>27</b>	<b>Sabato</b> 27.058 S. Angelo Martiri
<b>12</b>	<b>Venerdì</b> 12.064 S. Michele	<b>28</b>	<b>Domenica</b> 28.058 S. Tommaso d'Aprile
<b>13</b>	<b>Sabato</b> 13.063 S. Onofrio	<b>29</b>	<b>Lunedì</b> 29.057 S. Costantino
<b>14</b>	<b>Domenica</b> 14.062 S. Felice	<b>30</b>	<b>Martedì</b> 30.056 S. Stefano
<b>15</b>	<b>Lunedì</b> 15.061 S. Mauro abate	<b>31</b>	<b>Mercoledì</b> 31.055 S. Giovanni Battista
<b>16</b>	<b>Martedì</b> 16.060 S. Massimo Papa		

DICEMBRE 2023		2024												FEBBRAIO 2024								
LUN	MAR	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIO	VEN	SAB	DOM	LUN	MAR	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIO	VEN	SAB	DOM	
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

### Tanta Vitamina C per prevenire i malanni dell'inverno.

**COME DIFENDERSI DAI MALANNI DI STAGIONE? L'IMPORTANZA DELLA VITAMINA C.**

Manca la stagione fredda e la tua vita quotidiana cambia di colpo. È un momento in cui il tuo sistema immunitario si affievolisce e sei più suscettibile alle infezioni. Per questo è importante assumere una dose giornaliera di vitamina C. La vitamina C è un nutriente essenziale che aiuta a rafforzare il sistema immunitario e a combattere le infezioni. È presente in molti alimenti, come agrumi, peperoni, broccoli e kiwi. Assicurati di assumere una dose giornaliera di vitamina C per proteggerti dai malanni di stagione.

### INFIAMMAZIONI DELLE VIE RESPIRATORIE

Le infezioni delle vie respiratorie sono comuni durante l'inverno. Sono causate da virus e batteri che si diffondono facilmente in ambienti chiusi. I sintomi includono tosse, mal di gola, congestione nasale e febbre. È importante consultare il medico se i sintomi persistono o peggiorano.

### Le malattie invernali: Influenza e farmaci: le cose che bisogna sapere.

**Inflamazioni respiratorie:**

Prima di assumere un farmaco, chiedi consiglio al tuo farmacista.

### Praticare sport anche d'inverno? Sì, ma prendendo le giuste precauzioni!

Praticare sport durante l'inverno è benefico per la salute. Tuttavia, è importante prendere alcune precauzioni per evitare lesioni e malattie. Assicurati di indossare abiti adeguati, idratarti e ascoltare il tuo corpo.

format pagina retro

**1** **Le malattie invernali:**



**Influenza e farmaci:**  
In dose che bisogna capire.



**Infezioni respiratorie:**  
Prima di assumere un farmaco, chiedi consiglio al tuo farmacista.

**Praticare sport anche d'inverno? SÌ.**  
Ma...  
- in ambienti caldi e protetti.  
- con gli stivali.



Faccendo attenzione a coprire bene naso e bocca quando il val l'aria fredda.

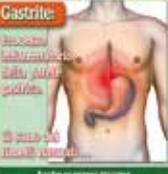
**5** **Gli argomenti di questo mese:**



**Febbre di testa:**  
Sogni e sbalordimento.  
Non tutte sono causate dal virus.  
Può essere un sintomo di un'infiammazione.



**Gastrite:**  
Infezione batterica della mucosa gastrica.  
Il cibo che mangi può peggiorarla.  
Anche se spesso bisogna ricorrere a farmaci gastroprotettivi.



**9** **Quando vuoi diventare Mamma**



La gravidanza va vissuta con serenità.

**L'esperienza più bella**  
che una donna può vivere nella propria vita.

**10 consigli**  
per vivere una gravidanza in armonia con se stessa...



anche praticando un po' di esercizio fisico, ma essendo seguiti da specialisti.

**2** **In questo mese parliamo di:**



**Colesterolo e Trigliceridi alti:**  
affrontati nel giusto modo per non incorrere nel rischio cardiovascolare.

**Utilizzo dei farmaci**  
In questo mese il farmacista ti consiglia di...



È importante essere seguiti da un medico specialista.

**6** **L'argomento di questo mese:**



**La Cellachina:**  
ovvero l'infiammazione di ginnia.  
Se non trattata opportunamente può provocare gravi conseguenze.



Proteggiamo i bambini per evitare le scottature.



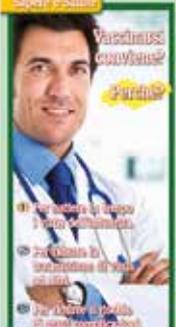
Evitare assolutamente questo tipo di cibi per chi soffre di diabete.

**10** **Inizia il periodo dell'influenza**



**Vaccino antinfluenzale:**  
Per la propria salute e per quella degli altri.

**Sapere e capire:**  
Vaccinarsi conviene?  
Sì, perché...



È fondamentale sempre... Perché...  
**PREVENIRE È MEGLIO CHE CURARE.**

**3** **Un fenomeno molto diffuso:**



**Le allergie primaverili:**  
Il sistema più sensibile.  
L'ambiente è un nemico da battere.  
I sintomi sono:  
- Naso che cola  
- Gocce agli occhi  
- Con prurito in gola.



**10 buone regole**  
per combattere le allergie.



Prima di fare uso di sostituzionali, consulta il parere dello specialista.

**7** **Gli argomenti di questo mese:**



**Eritema solare:**  
colloso e può diventare...



Proteggiamo i bambini per evitare le scottature.

**Aria Condizionata:**  
Sì, ma senza abusarne!



Evitare assolutamente questo tipo di cibi per chi soffre di diabete.

**11** **Gli argomenti di questo mese**



**AUTISMO:**  
malattia genetica, ma anche i capelli.

**Igiene orale:**  
Ogni giorno basta seguire delle semplici regole per avere denti sani e un sorriso irriducibile.



**Un buon aiuto**  
per venire aiutato dal tuo dentista.



È per cominciare dall'ora poco tempo all'igiene che molto tempo al sorriso.

**4** **Badiamo alla salute dei figli**



**Obesità infantile:**  
Un problema serio, più che mai.

**Le cause:**  
Alimentazione disordinata più frequentata.  
Sedentarietà.  
Stile di vita familiare.



Un aiuto sostanziale può venire dalla pratica corrente di sport e dai giochi all'aria aperta.

**8** **La dieta della stagione calda**



**Mangiate leggeri:**  
è frizzante e naturalmente smineralizzante.

**Cerchiamo di evitare:**  
tutti gli alimenti che ci appesantiscono e lasciamo spazio a frutta, verdura ed alimenti facilmente digeribili.



**Le carni? SÌ,**  
ma solo...  
- carni bianche, come pollo e tacchino.  
- carni rosse, come manzo e vitello.



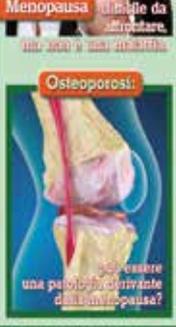
Per gli alimenti suggeriti rivolgetevi alle consulte dietetiche e farmacie dietetiche.

**12** **L'argomento di questo mese**



**Menopausa:**  
Il male da sopportare, ma non è una condanna.

**Osteoporosi:**  
È un'osteoporosi che si manifesta con una perdita insidiosa della massa ossea.  
Si manifesta con una perdita insidiosa della massa ossea.  
Si, ma solo nei casi di menopausa precoce o insidiosa prolungata.

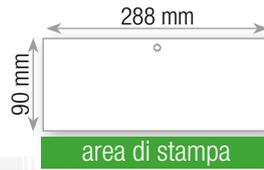
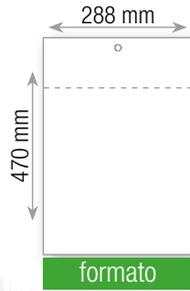


# IL3106 CANI E GATTI

mensile 12 fogli

carta: patinata lucida

allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



**GENNAIO**

<b>1</b> lun	1-304	S. Antonio ab.	17 mer	17-348	S. Antonio ab.
<b>2</b> mar	2-303	S. Liborato v.	<b>18</b> gio	18-347	S. Liborato v.
<b>3</b> mer	3-302	S. Saverio e Spigelio v.	<b>19</b> ven	19-346	S. Mark m.
<b>4</b> dom	4-301	S. Saverio e Spigelio v.	<b>20</b> sab	20-345	S. Celestino e Felice
<b>5</b> lun	5-300	S. Gerardo	<b>21</b> dom	21-344	S. Agnese v.
<b>6</b> mar	6-299	S. Anacleto	<b>22</b> lun	22-343	S. Vincenz m.
<b>7</b> mer	7-298	S. Felice di N. Sipontino	<b>23</b> mar	23-342	S. Eusebio
<b>8</b> lun	8-297	S. Felice di N. Sipontino	<b>24</b> mer	24-341	S. Francesco di Sales
<b>9</b> mar	9-296	S. Felice m.	<b>25</b> gio	25-340	S. G. di S. Paolo ap.
<b>10</b> mer	10-295	S. Felice m.	<b>26</b> ven	26-339	S. Teo e Timoteo
<b>11</b> gio	11-294	S. Ignazio	<b>27</b> sab	27-338	S. Angelo Martir.
<b>12</b> ven	12-293	S. Ignazio	<b>28</b> dom	28-337	S. Tommaso d'Aquino
<b>13</b> sab	13-292	S. Ignazio	<b>29</b> lun	29-336	S. Costanzo e Gerardo
<b>14</b> dom	14-291	S. Ignazio	<b>30</b> mar	30-335	S. Marcellino
<b>15</b> lun	15-290	S. Ignazio	<b>31</b> mer	31-334	S. Giovanni Battista

**I nostri amici... di famiglia**

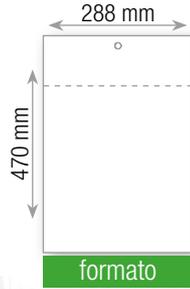
**Le razze più adatte da tenere in casa**

format pagina retro



# IL3107 FIABE

mensile 12 fogli  
 carta: patinata lucida  
 allestimento: termosaldatura Tecnoblok



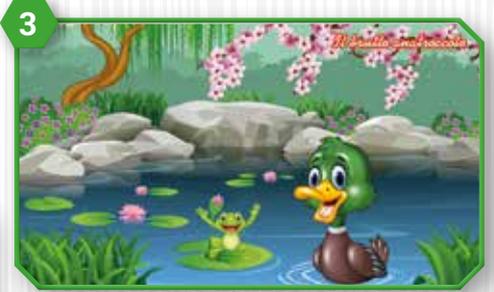
**Gennaio 2024**

DOMENICA DOM	1 lun	2 mar	3 mer	4 gio	5 ven	6 sab	7 dom	8 lun	9 mar	10 mer	11 gio	12 ven	13 sab	14 dom	15 lun	16 mar	17 mer	18 gio	19 ven	20 sab	21 dom	22 lun	23 mar	24 mer	25 gio	26 ven	27 sab	28 dom	29 lun	30 mar	31 mer						
	0-386 Mito, Mario di Ga	2-264 S. Basilio	3-301 S. Gerardo	4-367 S. Donato	5-381 S. Andrea	6-389 S. Stefano di Bizone	7-388 S. Stefano di Giza	8-388 S. Basilio	9-367 S. Stefano	10-306 S. Pietro	11-240 S. Ignazio	12-204 S. Stefano	13-213 S. Stefano	14-242 S. Felice	15-241 S. Stefano	16-190 S. Nicola	17-319 S. Adriano	18-289 S. Lorenzo	19-347 S. Marco	20-348 S. Silvestro	21-346 S. Agostino	22-344 S. Venerio	23-345 S. Eustachio	24-342 S. Francesco di Sales	25-341 Candelora di S. Paolo	26-306 S. Teodoro	27-339 S. Agostino	28-339 S. Innocenzo di Agostino	29-317 S. Stefano	30-334 S. Martino	31-336 S. Giovanni Battista						

**Il Re Leone**

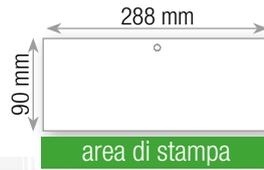
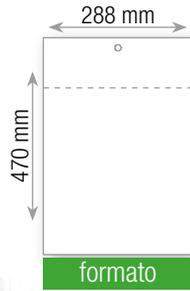
Tutti i bambini di un anno hanno un re. Il re è il papà. Il re è il papà che li ama e li protegge. Il re è il papà che li insegna a essere bravi. Il re è il papà che li insegna a essere buoni. Il re è il papà che li insegna a essere felici. Il re è il papà che li insegna a essere sani. Il re è il papà che li insegna a essere forti. Il re è il papà che li insegna a essere coraggiosi. Il re è il papà che li insegna a essere onesti. Il re è il papà che li insegna a essere giusti. Il re è il papà che li insegna a essere generosi. Il re è il papà che li insegna a essere umili. Il re è il papà che li insegna a essere modesti. Il re è il papà che li insegna a essere sobri. Il re è il papà che li insegna a essere casti. Il re è il papà che li insegna a essere puri. Il re è il papà che li insegna a essere santi. Il re è il papà che li insegna a essere beati. Il re è il papà che li insegna a essere gloriosi. Il re è il papà che li insegna a essere felici. Il re è il papà che li insegna a essere contenti. Il re è il papà che li insegna a essere soddisfatti. Il re è il papà che li insegna a essere grati. Il re è il papà che li insegna a essere riconoscenti. Il re è il papà che li insegna a essere umili. Il re è il papà che li insegna a essere modesti. Il re è il papà che li insegna a essere sobri. Il re è il papà che li insegna a essere casti. Il re è il papà che li insegna a essere puri. Il re è il papà che li insegna a essere santi. Il re è il papà che li insegna a essere beati. Il re è il papà che li insegna a essere gloriosi. Il re è il papà che li insegna a essere felici. Il re è il papà che li insegna a essere contenti. Il re è il papà che li insegna a essere soddisfatti. Il re è il papà che li insegna a essere grati. Il re è il papà che li insegna a essere riconoscenti.

format pagina retro



# IL3103 FIORI

mensile 12 fogli  
 carta: patinata lucida  
 allestimento: termosaldatura Tecnoblok



**GENNAIO 2024**

1 V 2 S 3 D 4 L 5 M 6 M 7 G 8 V 9 S 10 D 11 L 12 M 13 M 14 G 15 V 16 S 17 D 18 L 19 M 20 M 21 G 22 V 23 S 24 D 25 L 26 M 27 M 28 G 29 V 30 S 31 D	<p><b>1 lun</b> s. Maria Maddalena</p> <p><b>2 mar</b> s. Basilio e Gregorio</p> <p><b>3 mer</b> s. Giuseppe</p> <p><b>4 gio</b> s. Crocifisso</p> <p><b>5 ven</b> s. Antonio</p> <p><b>6 sab</b> s. Felice e Adelfo</p> <p><b>7 dom</b> s. Stefano e Giovanni</p> <p><b>8 lun</b> s. Agostino</p> <p><b>9 mar</b> s. Giuseppe</p> <p><b>10 mer</b> s. Antonio</p> <p><b>11 gio</b> s. Agostino</p> <p><b>12 ven</b> s. Costantino</p> <p><b>13 sab</b> s. Felice e Adelfo</p> <p><b>14 dom</b> s. Felice e Adelfo</p> <p><b>15 lun</b> s. Maria</p> <p><b>16 mar</b> s. Maria</p>	<p><b>17 mer</b> s. Antonio</p> <p><b>18 gio</b> s. Stefano</p> <p><b>19 ven</b> s. Maria</p> <p><b>20 sab</b> s. Stefano e Felice</p> <p><b>21 dom</b> s. Agostino</p> <p><b>22 lun</b> s. Stefano</p> <p><b>23 mar</b> s. Costantino</p> <p><b>24 mer</b> s. Francesco di Sales</p> <p><b>25 gio</b> s. Costantino e Felice</p> <p><b>26 ven</b> s. Teodoro</p> <p><b>27 sab</b> s. Agostino</p> <p><b>28 dom</b> s. Stefano</p> <p><b>29 lun</b> s. Costantino</p> <p><b>30 mar</b> s. Maria</p> <p><b>31 mer</b> s. Giuseppe</p>	<p>1 G 2 V 3 S 4 D 5 L 6 M 7 M 8 G 9 V 10 S 11 D 12 L 13 M 14 M 15 G 16 V 17 S 18 D 19 L 20 M 21 M 22 G 23 V 24 S 25 D 26 L 27 M 28 M 29 G</p>
---	--	--	--

**La Floriterapia**  
 Le migliori piante da appartamento con fiori

...a 30 cm di diametro, altre varietà hanno diametri più piccoli. Scegliete fiori dai colori vivaci e adornevole, richiedendo soltanto quelli di origine italiana, una pianta ben curata che può richiedere più cure di quanto previsto soprattutto se l'infiorescenza è già formata. Mantenete la fioritura ricambiando acqua ogni 15 giorni e sostituendo il terriccio ogni 30 giorni. Ogni 15 giorni, potete provare a fare del vostro meglio per far arrivare alla pianta le cure di cui ha bisogno. Ricordate che la pianta va irrigata, se proprio non dovete essere sicuri della vostra pianta e neanche se potete, puntualmente appassite per la vostra cura. Le piante da appartamento più facili da curare sono quelle senza fiori, mentre in tale articolo sono trattate esclusivamente...



format pagina retro

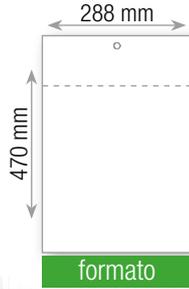


# IL3102 CITTÀ D'ITALIA

mensile 12 fogli

carta: patinata lucida

allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



**GENNAIO 2024**

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

C. LUG. 04°C - 16°C    G. 10°C - 22°C    N. 15°C - 28°C  
 S. 18°C - 24°C    N. 20°C - 26°C    N. 25°C - 31°C  
 L. 22°C - 28°C    L. 24°C - 30°C    L. 28°C - 34°C



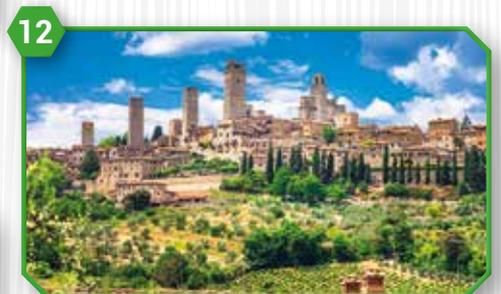
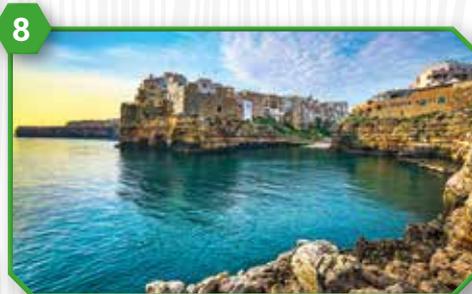
**Amalfi** CITTÀ D'ITALIA

IL TERRITORIO DELLA CITTÀ E DEI SUOI NOMI: SECONDO IL  
 1971 il territorio è suddiviso in 14 frazioni: Amalfi, Capri, Positano, Atrani, Minori, Vietri sul Mare, Ravello, Scala, and Castellibate.

Fu sede vescovile dall'anno 529.  
 Il primo vescovo fu SOSTE ANTONI di Amalfi, il successore di SOSTE ANTONI fu SOSTE ANTONI...

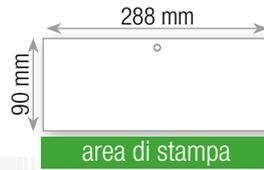
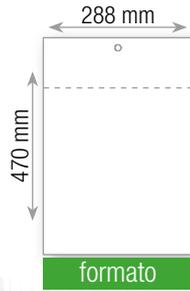
**da sapere**  
 IL NOME CITTÀ D'ITALIA...

format pagina retro



# IL3121 SICILIA

mensile 12 fogli  
 carta: patinata lucida  
 allestimento: termosaldatura Tecnoblok



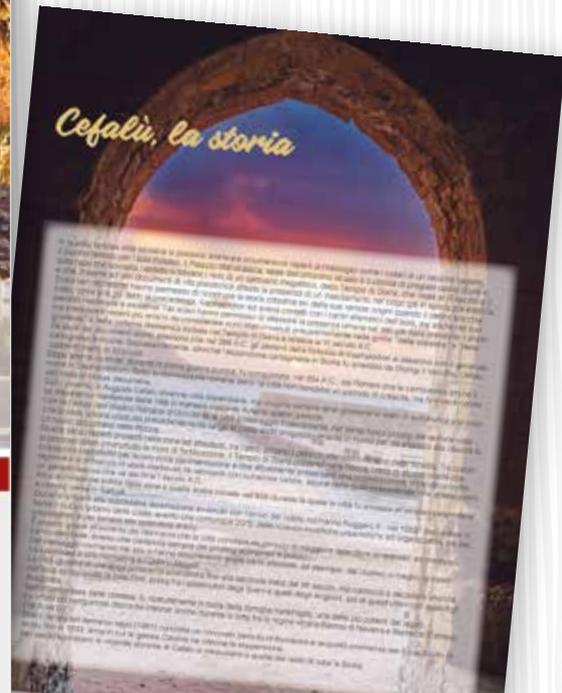
imballo da 100 pz.



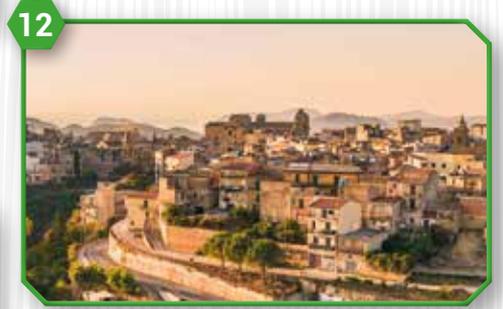
**CEFALÙ**

**GENNAIO**

DICEMBRE 2023		17 mer		FEBBRAIO 2024	
1 ven	2 mar	17 mer	18 gio	1 gio	2 ven
2 sab	3 mer	18 gio	19 ven	3 sab	3 sab
3 dom	4 gio	19 ven	20 sab	4 dom	4 dom
4 lun	5 ven	20 sab	21 dom	5 lun	5 lun
5 mar	6 sab	21 dom	22 lun	6 mar	6 mar
6 mer	7 dom	22 lun	23 mar	7 mer	7 mer
7 gio	8 lun	23 mar	24 mer	8 gio	8 gio
8 ven	9 mar	24 mer	25 gio	9 ven	9 ven
9 sab	10 mer	25 gio	26 ven	10 sab	10 sab
10 dom	11 gio	26 ven	27 sab	11 dom	11 dom
11 lun	12 ven	27 sab	28 dom	12 lun	12 lun
12 mar	13 sab	28 dom	29 lun	13 mar	13 mar
13 mer	14 dom	29 lun	30 mar	14 mer	14 mer
14 gio	15 lun	30 mar	31 mer	15 gio	15 gio
15 ven	16 mar	31 mer		16 ven	16 ven
16 sab				17 sab	17 sab
17 dom				18 dom	18 dom
18 lun				19 lun	19 lun
19 mar				20 mar	20 mar
20 mer				21 mer	21 mer
21 gio				22 gio	22 gio
22 ven				23 ven	23 ven
23 sab				24 sab	24 sab
24 dom				25 dom	25 dom
25 lun				26 lun	26 lun
26 mar				27 mar	27 mar
27 mer				28 mer	28 mer
28 gio				29 gio	29 gio
29 ven					
30 sab					
31 dom					

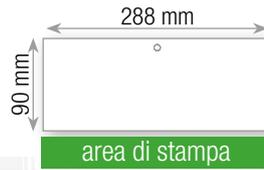
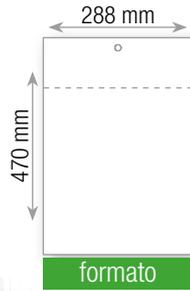


format pagina retro



# IL3108 AUTO SPORTIVE

mensile 12 fogli  
 carta: patinata lucida  
 allestimento: termosaldatura Tecnoblok



## gennaio 2024

DICEMBRE 2023		17 mer		FEBBRAIO 2024	
1 ven	1303	17 mer	11-309	1 gio	1204
2 sab	9-304	18 gio	9-308	2 ven	1205
3 dom	8-303	19 ven	10-307	3 sab	1206
4 lun	5-306	20 sab	11-306	4 dom	1207
5 mar	4-305	21 dom	12-305	5 lun	1208
6 mer	3-304	22 lun	13-304	6 mar	1209
7 gio	2-303	23 mar	14-303	7 mer	1210
8 ven	1-302	24 mer	15-302	8 gio	1211
9 sab	0-301	25 gio	16-301	9 ven	1212
10 dom	9-300	26 ven	17-300	10 sab	1213
11 lun	8-299	27 sab	18-299	11 dom	1214
12 mar	7-298	28 dom	19-298	12 lun	1215
13 mer	6-297	29 lun	20-297	13 mar	1216
14 gio	5-296	30 mar	21-296	14 mer	1217
15 ven	4-295	31 mer	22-295	15 gio	1218
16 sab	3-294			16 ven	1219
17 dom	2-293			17 sab	1220
18 lun	1-292			18 dom	1221
19 mar	0-291			19 lun	1222
20 mer	9-290			20 mar	1223
21 gio	8-289			21 mer	1224
22 ven	7-288			22 gio	1225
23 sab	6-287			23 ven	1226
24 dom	5-286			24 sab	1227
25 lun	4-285			25 dom	1228
26 mar	3-284			26 lun	1229
27 mer	2-283			27 mar	1230
28 gio	1-282			28 mer	1231
29 ven	0-281			29 gio	
30 sab	9-280				
31 dom	8-279				

**porsche 918 spyder**

**SCHEMA TECNICO**

Modello 918 Spyder  
 Cilindrata di 8134 cc  
 Potenza massima: 800 CV a 6000 giri  
 Velocità massima: 311 km/h a 10000 giri  
 Cambio automatico a 8 rapporti  
 Accelerazione 0-100 km/h in 2,8 sec  
 Consumo a 90 km/h: 12,2 l/100 km  
 Consumo a 120 km/h: 18,8 l/100 km  
 Consumo ciclo urbano: 22,2 l/100 km  
 Consumo ciclo misto: 16,6 l/100 km  
 Emissioni CO2 (ciclo urbano): 222 g/km  
 Emissioni CO2 (ciclo misto): 166 g/km  
 Emissioni CO2 (ciclo urbano): 222 g/km  
 Emissioni CO2 (ciclo misto): 166 g/km  
 Emissioni CO2 (ciclo urbano): 222 g/km  
 Emissioni CO2 (ciclo misto): 166 g/km

format pagina retro





**1**

 <b>1</b> Il clown e l'attore	 <b>2</b> La bambola e l'arazzo
 <b>3</b> La giraffa e il cane	 <b>4</b> Il maiale e il porco
 <b>5</b> La mano e l'araba	 <b>6</b> Il bikini e il costume
 <b>7</b> La giraffa e il vaso	 <b>8</b> La signora e l'araba

**2**

 <b>9</b> La signora e l'araba	 <b>10</b> Il piatto e il cibo
 <b>11</b> Il topo e il cane	 <b>12</b> L'uomo e la donna
 <b>13</b> La signora e il cane	 <b>14</b> L'uomo e la donna
 <b>15</b> La signora e il cane	 <b>16</b> L'uomo e la donna

**3**

 <b>17</b> Il cuore e il cane	 <b>18</b> L'uomo e la donna
 <b>19</b> La mano e il cane	 <b>20</b> La signora e il cane
 <b>21</b> L'uomo e la donna	 <b>22</b> L'uomo e la donna
 <b>23</b> L'uomo e la donna	 <b>24</b> L'uomo e la donna

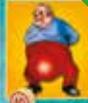
**4**

 <b>25</b> L'uomo e la donna	 <b>26</b> Il Natale e il cane
 <b>27</b> La signora e il cane	 <b>28</b> Il piatto e il cibo
 <b>29</b> La signora e il cane	 <b>30</b> L'uomo e la donna
 <b>31</b> La signora e il cane	 <b>32</b> L'uomo e la donna

**5**

 <b>33</b> L'uomo e la donna	 <b>34</b> Il gatto e il cane
 <b>35</b> La signora e il cane	 <b>36</b> Il cranio e il cane
 <b>37</b> L'uccello e il cane	 <b>38</b> La bomba e il cane
 <b>39</b> L'uomo e la donna	 <b>40</b> La signora e il cane

**6**

 <b>41</b> L'uomo e la donna	 <b>42</b> L'uomo e la donna
 <b>43</b> Il coltello e il cane	 <b>44</b> Il bollitore e il cane
 <b>45</b> La signora e il cane	 <b>46</b> L'uomo e la donna
 <b>47</b> La bottiglia e il cane	 <b>48</b> L'uomo e la donna

**7**

 <b>49</b> L'uomo e la donna	 <b>50</b> L'uomo e la donna
 <b>51</b> Lo scheletro e il cane	 <b>52</b> Il pesce e il cane
 <b>53</b> Il cesto e il cane	 <b>54</b> Il giardino e il cane
 <b>55</b> La signora e il cane	 <b>56</b> L'uomo e la donna

**8**

 <b>57</b> L'uomo e la donna	 <b>58</b> L'uomo e la donna
 <b>59</b> L'uomo e la donna	 <b>60</b> L'uomo e la donna
 <b>61</b> L'uomo e la donna	 <b>62</b> L'uomo e la donna
 <b>63</b> L'uomo e la donna	 <b>64</b> L'uomo e la donna

**9**

 <b>65</b> L'uomo e la donna	 <b>66</b> L'uomo e la donna
 <b>67</b> La signora e il cane	 <b>68</b> Il cappotto e il cane
 <b>69</b> L'uomo e la donna	 <b>70</b> La signora e il cane
 <b>71</b> Il granchio e il cane	 <b>72</b> Il piatto e il cibo

**10**

 <b>73</b> L'uomo e la donna	 <b>74</b> L'edificio e il cane
 <b>75</b> La signora e il cane	 <b>76</b> L'uomo e la donna
 <b>77</b> L'edificio e il cane	 <b>78</b> L'uomo e la donna
 <b>79</b> L'uomo e la donna	 <b>80</b> L'uomo e la donna

**11**

 <b>81</b> La candela e il cane	 <b>82</b> L'uomo e la donna
 <b>83</b> La signora e il cane	 <b>84</b> L'uomo e la donna
 <b>85</b> L'uomo e la donna	 <b>86</b> L'uomo e la donna
 <b>87</b> L'uomo e la donna	 <b>88</b> L'uomo e la donna

**12**

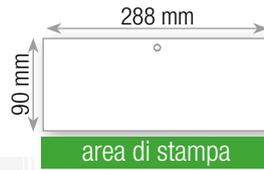
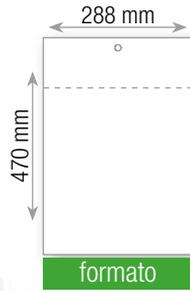
 <b>89</b> L'edificio e il cane	 <b>90</b> L'uomo e la donna
 <b>91</b> L'uomo e la donna	 <b>92</b> L'uomo e la donna
 <b>93</b> L'uomo e la donna	 <b>94</b> L'uomo e la donna
 <b>95</b> L'uomo e la donna	 <b>96</b> L'uomo e la donna

# IL3117 PAPA FRANCESCO

mensile 12 fogli

carta: patinata lucida

allestimento: termosaldatura Tecnoblok



GENNAIO 2024

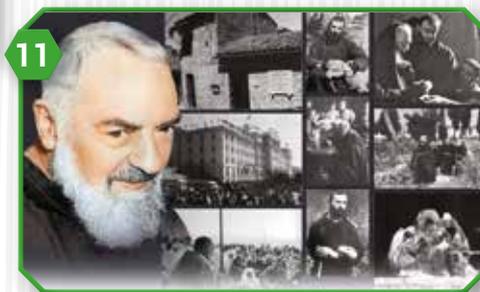
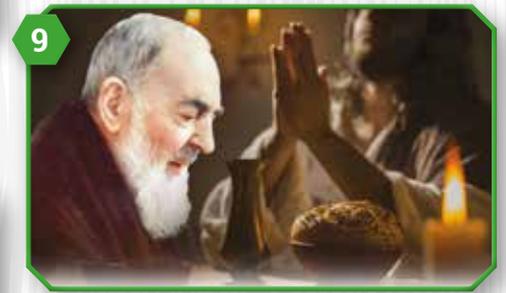
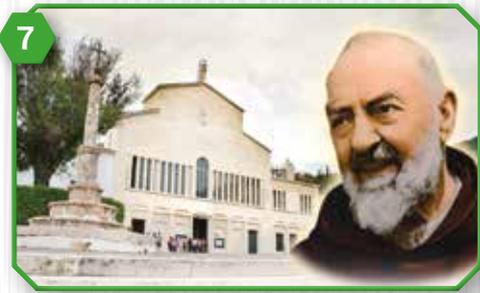
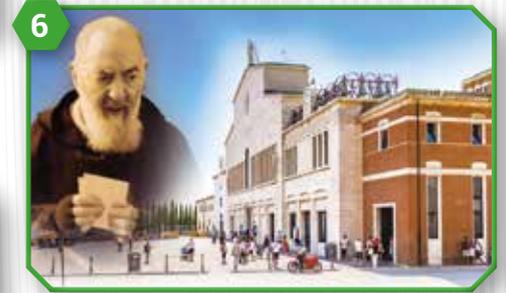
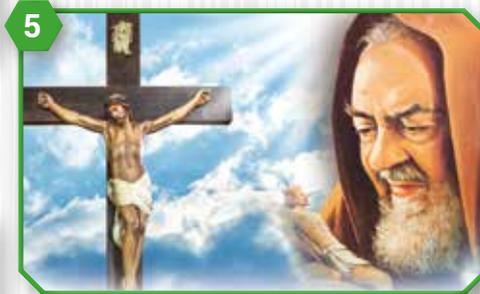
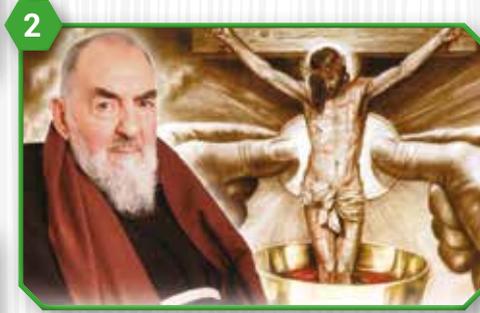
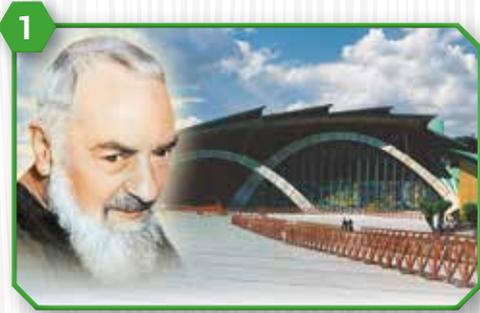
1 V	1 lun	17 mer	1 G
2 S	2 mar	18 gio	2 V
3 D	3 mer	19 ven	3 S
4 L	4 gio	20 sab	4 D
5 M	5 ven	21 dom	5 L
6 M	6 sab	22 lun	6 M
7 G	7 dom	23 mar	7 M
8 V	8 lun	24 mer	8 G
9 S	9 mar	25 gio	9 V
10 D	10 mer	26 ven	10 S
11 L	11 gio	27 sab	11 D
12 M	12 ven	28 dom	12 L
13 M	13 sab	29 lun	13 M
14 G	14 dom	30 mar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



format pagina retro

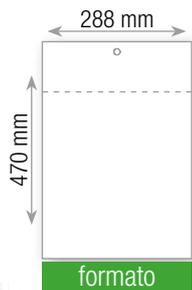






# IL3109 NUDO

mensile 12 fogli  
 carta: patinata lucida  
 allestimento: termosaldatura Tecnoblok



## GENNAIO

1	lun	San Giuseppe	set. 1
2	mar	San Sebastiano	
3	mer	San Valentino	
4	gio	San Felice	
5	ven	San Antonio	
6	sab	San Antonio	
7	dom	San Antonio	
8	lun	San Antonio	set. 2
9	mar	San Antonio	
10	mer	San Antonio	
11	gio	San Antonio	
12	ven	San Antonio	
13	sab	San Antonio	
14	dom	San Antonio	
15	lun	San Antonio	set. 3
16	mar	San Antonio	
17	mer	San Antonio	
18	gio	San Antonio	
19	ven	San Antonio	
20	sab	San Antonio	
21	dom	San Antonio	set. 4
22	lun	San Antonio	
23	mar	San Antonio	
24	mer	San Antonio	
25	gio	San Antonio	
26	ven	San Antonio	
27	sab	San Antonio	
28	dom	San Antonio	set. 5
29	lun	San Antonio	set. 6
30	mar	San Antonio	
31	mer	San Antonio	



# SH4101 SILHOUETTE GASTRONOMIA

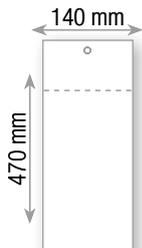
mensile 12 fogli

carta: patinata lucida

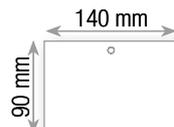
allestimento: termosaldatura Tecnoblod



imballo da 100 pz.



formato



area di stampa



format pagina retro



# SH4103 SILHOUETTE CANI E GATTI

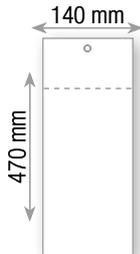
mensile 12 fogli

carta: patinata lucida

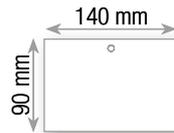
allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



formato



area di stampa



format pagina retro



# SH4110 SILHOUETTE SAN PIO

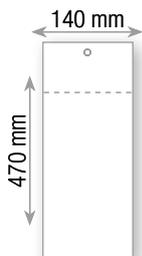
mensile 12 fogli

carta: patinata lucida

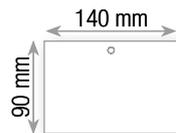
allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



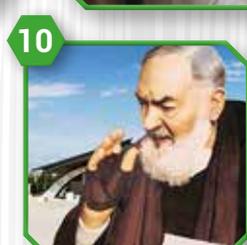
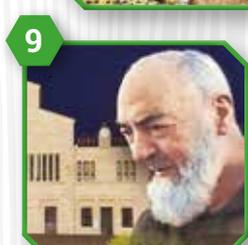
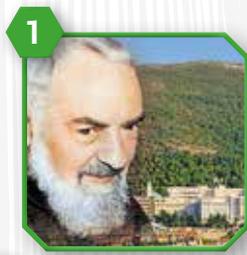
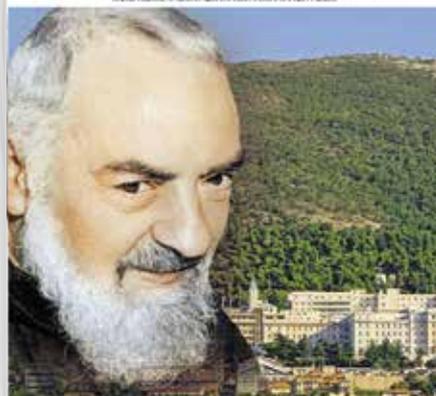
formato



area di stampa



format pagina retro



# SH4109 SILHOUETTE FARMACIA

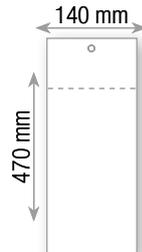
mensile 12 fogli

carta: patinata lucida

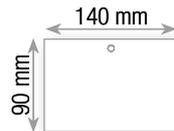
allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



formato



area di stampa

**GENNAIO 2024**

1 lun	Maria Madre di Dio - Capodanno	17 mer	S. Antimo abate
2 mar	S. Basilio Originario	18 gio	S. Liborio
3 mer	S. Innocenzo	19 ven	S. Nicola
4 gio	S. Cirillo e Iuliano	20 sab	S. Sebastiano e Protasio
5 ven	S. Antonio	21 dom	S. Agostino
6 sab	Epifania di P.M.S.	22 lun	S. Vincenzio
7 dom	Epifania di Sera	23 mar	S. Enrichetta
8 lun	S. Alessio	24 mer	S. Francesco di Sales
9 mar	S. Isidoro	25 gio	Carissimi di S. Paolo
10 mer	S. Ambrogio	26 ven	S. Teodoro e Teodoro
11 gio	S. Spirito	27 sab	S. Agostino Martire
12 ven	S. Silvano	28 dom	S. Tommaso d'Aquino
13 sab	S. Simeone	29 lun	S. Costantino
14 dom	S. Felice	30 mar	S. Marcellino
15 lun	S. Marco	31 mer	S. Quirico e Giuliano
16 mar	S. Marcellino		

**Diagnosi**

**VITOMI**

**Cura**



format pagina retro



TENDINITE: CAUSA E CURA



L'INFLUENZA DI STAGIONE NEI BAMBINI



LE ALLERGIE DI PRIMAVERA



LA CERVICALE



I FARMACI CHE NON DEVONO MANCARCI



ESTATE: FAI IL PIENO DI VITAMINE



SEMPRE IN LIBRO: IL KIT DA TENERE IN VALIGIA



INTELLI SOLARE: CON I PREVENIBILI E CURABILI



COLON IRRITABILE: PERCHÉ SUCCEDE?



REFLUSSO GASTROESOPAGEO



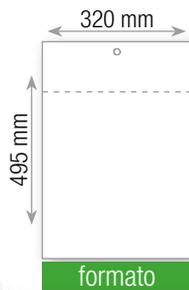
EMICRANIA: LE CAUSE



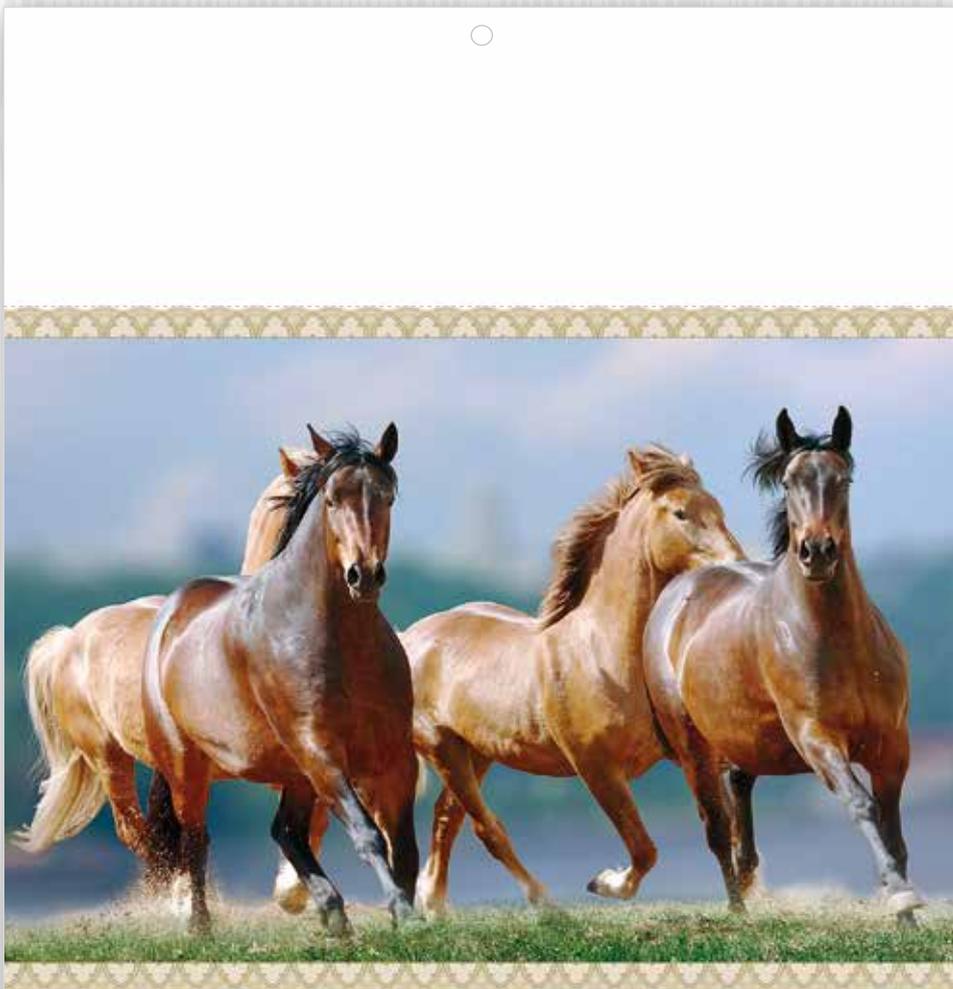
INCHIESTA: CURABILE CON PIRENE CASALING

# IL6112 CAVALLI

bimensile 6 fogli  
 carta: patinata lucida  
 allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



## Gennaio

## Cavalli

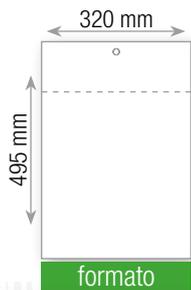
## Febbraio

<b>1 Lunedì</b> S. Stefano di S. Maria	<b>12 Venerdì</b> S. Antonio	<b>23 Martedì</b> S. Felice	<b>1 Giovedì</b> S. Agostino	<b>10 Sabato</b> S. Costantino	<b>21 Mercoledì</b> S. Vito
<b>2 Martedì</b> S. Andrea	<b>13 Sabato</b> S. Nicola	<b>24 Mercoledì</b> S. Felice	<b>2 Venerdì</b> S. Agostino	<b>11 Domenica</b> S. Agostino	<b>22 Giovedì</b> S. Vito
<b>3 Mercoledì</b> S. Costantino	<b>14 Domenica</b> S. Costantino	<b>25 Giovedì</b> S. Felice	<b>3 Sabato</b> S. Felice	<b>12 Lunedì</b> S. Felice	<b>23 Venerdì</b> S. Vito
<b>4 Giovedì</b> S. Costantino	<b>15 Lunedì</b> S. Costantino	<b>26 Venerdì</b> S. Felice	<b>4 Domenica</b> S. Felice	<b>13 Martedì</b> S. Felice	<b>24 Sabato</b> S. Vito
<b>5 Venerdì</b> S. Stefano	<b>16 Martedì</b> S. Stefano	<b>27 Sabato</b> S. Felice	<b>5 Lunedì</b> S. Stefano	<b>14 Mercoledì</b> S. Felice	<b>25 Domenica</b> S. Vito
<b>6 Sabato</b> S. Stefano	<b>17 Mercoledì</b> S. Stefano	<b>28 Domenica</b> S. Stefano	<b>6 Martedì</b> S. Stefano	<b>15 Giovedì</b> S. Stefano	<b>26 Lunedì</b> S. Stefano
<b>7 Domenica</b> S. Stefano	<b>18 Giovedì</b> S. Stefano	<b>29 Lunedì</b> S. Stefano	<b>7 Mercoledì</b> S. Stefano	<b>16 Venerdì</b> S. Stefano	<b>27 Martedì</b> S. Stefano
<b>8 Lunedì</b> S. Stefano	<b>19 Venerdì</b> S. Stefano	<b>30 Martedì</b> S. Stefano	<b>8 Giovedì</b> S. Stefano	<b>17 Sabato</b> S. Stefano	<b>28 Mercoledì</b> S. Stefano
<b>9 Martedì</b> S. Stefano	<b>20 Sabato</b> S. Stefano	<b>31 Mercoledì</b> S. Stefano	<b>9 Venerdì</b> S. Stefano	<b>18 Domenica</b> S. Stefano	<b>29 Giovedì</b> S. Stefano
<b>10 Mercoledì</b> S. Stefano	<b>21 Domenica</b> S. Stefano		<b>19 Lunedì</b> S. Stefano	<b>19 Lunedì</b> S. Stefano	
<b>11 Giovedì</b> S. Stefano	<b>22 Lunedì</b> S. Stefano		<b>20 Martedì</b> S. Stefano		

2024

# IL6110 BIMBI RETRÒ

bimensile 6 fogli  
 carta: patinata lucida  
 allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.

*Bimbi Retrò*  
2024

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

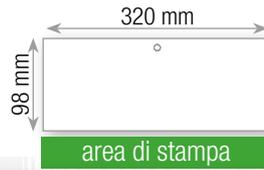
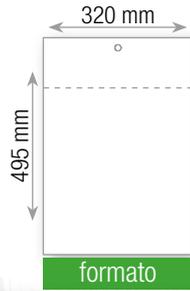
  

FEBBRAIO	
1	Giovedì
2	Venerdì
3	Sabato
4	Domenica
5	Lunedì
6	Martedì
7	Mercoledì
8	Giovedì
9	Venerdì
10	Sabato
11	Domenica
12	Lunedì
13	Martedì
14	Mercoledì
15	Giovedì
16	Venerdì
17	Sabato
18	Domenica
19	Lunedì
20	Martedì
21	Mercoledì
22	Giovedì
23	Venerdì
24	Sabato
25	Domenica
26	Lunedì
27	Martedì
28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



# IL6115 ANTICHI MESTIERI

bimensile 6 fogli  
 carta: patinata lucida  
 allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.

**GENNAIO**

1	Lunedì	San Simeone e Iudite
2	Martedì	Santa Sofia e Costanza
3	Mercoledì	Sant'Elisabetta
4	Giovedì	Santa Caterina, Santa Lucia
5	Venerdì	Santa Agnese
6	Sabato	Santa Lucia, Santa Margherita
7	Domenica	Santa Elisabetta
8	Lunedì	Santa Sofia e Costanza
9	Martedì	Santa Sofia
10	Mercoledì	Santa Caterina
11	Giovedì	Santa Lucia
12	Venerdì	Santa Agnese
13	Sabato	Santa Lucia
14	Domenica	Santa Elisabetta
15	Lunedì	Santa Sofia
16	Martedì	Santa Sofia
17	Mercoledì	Santa Caterina
18	Giovedì	Santa Lucia
19	Venerdì	Santa Agnese
20	Sabato	Santa Lucia
21	Domenica	Santa Elisabetta
22	Lunedì	Santa Sofia
23	Martedì	Santa Sofia
24	Mercoledì	Santa Caterina
25	Giovedì	Santa Lucia
26	Venerdì	Santa Agnese
27	Sabato	Santa Lucia
28	Domenica	Santa Elisabetta
29	Lunedì	Santa Sofia
30	Martedì	Santa Sofia
31	Mercoledì	Santa Caterina

**FEBBRAIO**

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

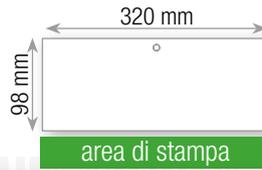
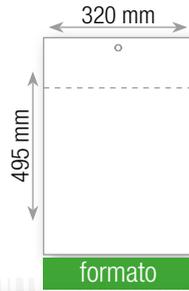
Antichi Mestieri - Il ciabattino

2024

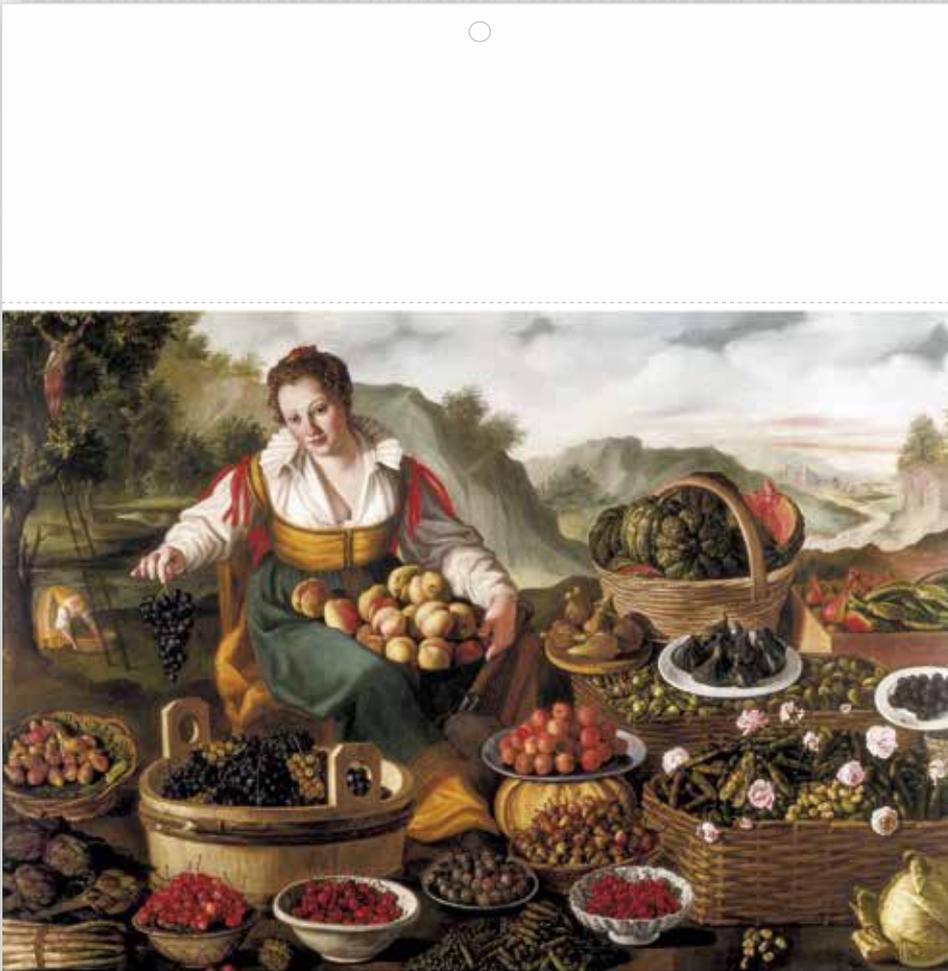


# IL6116 PITTURA

bimensile 6 fogli  
 carta: patinata lucida  
 allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



## Gennaio

## Pittura

## Febbraio

<b>1 Lunedì</b> S. Maria di Sir.	<b>12 Venerdì</b> S. Sebastiano m.	<b>23 Martedì</b> S. Donnato	<b>1</b> <b>Giovedì</b> S. Vito	<b>10</b> <b>Sabato</b> S. Stefano	<b>21</b> <b>Mercoledì</b> S. Felice
<b>2</b> <b>Martedì</b> S. Felice	<b>13</b> <b>Sabato</b> S. Felice	<b>24</b> <b>Mercoledì</b> S. Felice	<b>2</b> <b>Venerdì</b> S. Felice	<b>11</b> <b>Domenica</b> S. Felice	<b>22</b> <b>Giovedì</b> S. Felice
<b>3</b> <b>Mercoledì</b> S. Felice	<b>14</b> <b>Domenica</b> S. Felice	<b>25</b> <b>Giovedì</b> S. Felice	<b>3</b> <b>Sabato</b> S. Felice	<b>12</b> <b>Lunedì</b> S. Felice	<b>23</b> <b>Venerdì</b> S. Felice
<b>4</b> <b>Giovedì</b> S. Felice	<b>15</b> <b>Lunedì</b> S. Felice	<b>26</b> <b>Venerdì</b> S. Felice	<b>4</b> <b>Domenica</b> S. Felice	<b>13</b> <b>Martedì</b> S. Felice	<b>24</b> <b>Sabato</b> S. Felice
<b>5</b> <b>Venerdì</b> S. Felice	<b>16</b> <b>Martedì</b> S. Felice	<b>27</b> <b>Sabato</b> S. Felice	<b>5</b> <b>Lunedì</b> S. Felice	<b>14</b> <b>Mercoledì</b> S. Felice	<b>25</b> <b>Domenica</b> S. Felice
<b>6</b> <b>Sabato</b> S. Felice	<b>17</b> <b>Mercoledì</b> S. Felice	<b>28</b> <b>Domenica</b> S. Felice	<b>6</b> <b>Martedì</b> S. Felice	<b>15</b> <b>Giovedì</b> S. Felice	<b>26</b> <b>Lunedì</b> S. Felice
<b>7</b> <b>Domenica</b> S. Felice	<b>18</b> <b>Giovedì</b> S. Felice	<b>29</b> <b>Lunedì</b> S. Felice	<b>7</b> <b>Mercoledì</b> S. Felice	<b>16</b> <b>Venerdì</b> S. Felice	<b>27</b> <b>Martedì</b> S. Felice
<b>8</b> <b>Lunedì</b> S. Felice	<b>19</b> <b>Venerdì</b> S. Felice	<b>30</b> <b>Martedì</b> S. Felice	<b>8</b> <b>Giovedì</b> S. Felice	<b>17</b> <b>Sabato</b> S. Felice	<b>28</b> <b>Mercoledì</b> S. Felice
<b>9</b> <b>Martedì</b> S. Felice	<b>20</b> <b>Sabato</b> S. Felice	<b>31</b> <b>Mercoledì</b> S. Felice	<b>9</b> <b>Venerdì</b> S. Felice	<b>18</b> <b>Domenica</b> S. Felice	<b>29</b> <b>Giovedì</b> S. Felice
<b>10</b> <b>Mercoledì</b> S. Felice	<b>21</b> <b>Domenica</b> S. Felice		<b>19</b> <b>Lunedì</b> S. Felice	<b>19</b> <b>Lunedì</b> S. Felice	
<b>11</b> <b>Giovedì</b> S. Felice	<b>22</b> <b>Lunedì</b> S. Felice		<b>20</b> <b>Martedì</b> S. Felice	<b>20</b> <b>Martedì</b> S. Felice	

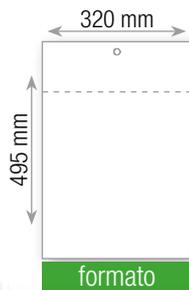
2024

# IL6117 FORMULA 1

bimensile 6 fogli

carta: patinata lucida

allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.

○

## GENNAIO

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

## FEBBRAIO

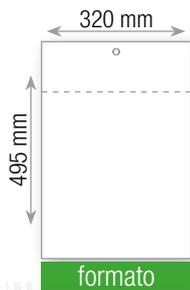
1	Giovedì	10	Venerdì	21	Martedì
2	Venerdì	11	Sabato	22	Mercoledì
3	Sabato	12	Domenica	23	Giovedì
4	Domenica	13	Lunedì	24	Venerdì
5	Lunedì	14	Martedì	25	Sabato
6	Martedì	15	Mercoledì	26	Domenica
7	Mercoledì	16	Giovedì	27	Lunedì
8	Giovedì	17	Venerdì	28	Martedì
9	Venerdì	18	Sabato	29	Mercoledì
		19	Domenica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

# 2024



# IL6118 MOTO GP

bimensile 6 fogli  
 carta: patinata lucida  
 allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.

○

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

**Moto GP 2024**



# OL2381 OLANDESE ANTIQUA

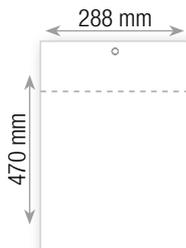
mensile 12 fogli

carta: patinata lucida

allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



formato



area di stampa

## Gennaio 2024

DICEMBRE 2023		FEBBRAIO
1 Ven	<b>1 Lunedì</b> <small>Santa Lucia e Dio</small> <span style="float: right;">Sett. 1</span>	1 Gio
2 Sab	<b>2 Martedì</b> <small>S. Basilio</small>	2 Ven
3 Dom	<b>3 Mercoledì</b> <small>S. Innocenzo</small>	3 Sab
4 Lun	<b>4 Giovedì</b> <small>S. Eusebio</small>	4 Dom
5 Mar	<b>5 Venerdì</b> <small>S. Alessio</small>	5 Lun
6 Mer	<b>6 Sabato</b> <small>Capitolo del Signore</small>	6 Mar
7 Gio	<b>7 Domenica</b> <small>S. Stefano e Luca</small>	7 Mer
8 Ven	<b>8 Lunedì</b> <small>S. Stefano</small> <span style="float: right;">Sett. 2</span>	8 Gio
9 Sab	<b>9 Martedì</b> <small>S. Stefano</small>	9 Ven
10 Dom	<b>10 Mercoledì</b> <small>S. Agostino</small>	10 Sab
11 Lun	<b>11 Giovedì</b> <small>S. Ignazio</small>	11 Dom
12 Mar	<b>12 Venerdì</b> <small>S. Michele</small>	12 Lun
13 Mer	<b>13 Sabato</b> <small>S. Tommaso</small>	13 Mar
14 Gio	<b>14 Domenica</b> <small>S. Felice</small>	14 Mer
15 Ven	<b>15 Lunedì</b> <small>S. Maurizio</small> <span style="float: right;">Sett. 3</span>	15 Gio
16 Sab	<b>16 Martedì</b> <small>S. Mercurio</small>	16 Ven
17 Dom	<b>17 Mercoledì</b> <small>S. Antonio</small>	17 Sab
18 Lun	<b>18 Giovedì</b> <small>S. Lorenzo</small>	18 Dom
19 Mar	<b>19 Venerdì</b> <small>S. Maria</small>	19 Lun
20 Mer	<b>20 Sabato</b> <small>S. Teodoro</small>	20 Mar
21 Gio	<b>21 Domenica</b> <small>S. Agostino</small>	21 Mer
22 Ven	<b>22 Lunedì</b> <small>S. Teodoro</small> <span style="float: right;">Sett. 4</span>	22 Gio
23 Sab	<b>23 Martedì</b> <small>S. Innocenzo</small>	23 Ven
24 Dom	<b>24 Mercoledì</b> <small>S. Francesco di Sales</small>	24 Sab
25 Lun	<b>25 Giovedì</b> <small>Commemorazione di S. Paolo</small>	25 Dom
26 Mar	<b>26 Venerdì</b> <small>S. Teodoro</small>	26 Lun
27 Mer	<b>27 Sabato</b> <small>S. Angelo Mercurio</small>	27 Mar
28 Gio	<b>28 Domenica</b> <small>S. Tommaso d'Aquino</small>	28 Mer
29 Ven	<b>29 Lunedì</b> <small>S. Stefano</small> <span style="float: right;">Sett. 5</span>	29 Gio
30 Sab	<b>30 Martedì</b> <small>S. Matteo</small>	
31 Dom	<b>31 Mercoledì</b> <small>S. Giovanni Battista</small>	

**LATINA**

- ☉ U.O. giorno: 04 ore 04,33
- ☽ A.N. giorno: 11 ore 12,38
- ☿ P.O. giorno: 18 ore 04,54
- ♃ S.P. giorno: 25 ore 18,65

**IL NIENTE**

- giorno: 01 ore 07,26
- giorno: 07 ore 07,36
- giorno: 13 ore 07,26
- giorno: 19 ore 07,33
- giorno: 25 ore 07,20
- giorno: 31 ore 07,24

**Il momento della**

- ora: 16,43
- ora: 18,55
- ora: 17,01
- ora: 17,08
- ora: 17,15
- ora: 17,23

# OL2280 OLANDESE DESIGN

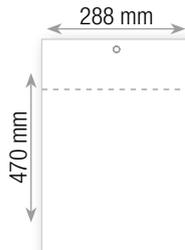
mensile 12 fogli

carta: patinata lucida

allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



formato



area di stampa

**1 L** 01 **20 S**  
 Maria Madre di Dio S. Sebastiano  
**2 M** S. Basilio V. **21 D** S. Agnese  
**3 M** S. Geronima **22 L** 04 S. Vincenzini  
**4 G** S. Emidio € **23 M** S. Eusebio  
**5 V** S. Ambrogio **24 M** S. Pancrazio di Salis  
**6 S** Epifania del Signore **25 G** Conversione di S. Paolo  
**7 D** Battesimo di Gesù **26 V** SS. Titone e Timoteo  
**8 L** 02 S. Massimo **27 S** S. Angela Merici  
**9 M** S. Giuliano m. **28 D** S. Tommaso d'Aquino  
**10 M** S. Aldo **29 L** 05 S. Costanzo  
**11 G** S. Ippolito **30 M** S. Martina  
**12 V** S. Modesto **31 M** S. Giovanni Battista  
**13 S** S. Isidoro  
**14 D** S. Felice m.  
**15 L** 03 S. Mauro abate  
**16 M** S. Mercurio  
**17 M** S. Antonio abate  
**18 G** S. Costantino  
**19 V** S. Maria m.

**2024**

**gennaio**

**DICEMBRE 2023**

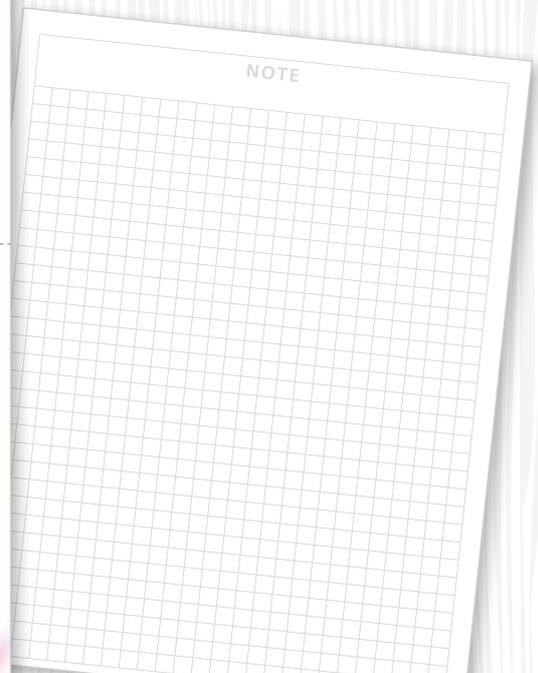
L	M	M	G	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

**FEBBRAIO 2024**

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			

**ORA SOLARE** - tempo italiano  
 gennaio ore 07:20 ore 05:00  
 gennaio ore 07:20 ore 05:00

**ORA LEGALE**  
 1.00 gennaio 01 ore 05:00  
 1.00 gennaio 11 ore 05:00  
 1.00 gennaio 16 ore 05:00  
 1.00 gennaio 20 ore 05:00



format pagina retro

# OL2393 OLANDESE STANDARD MULTICOLOR

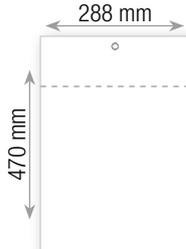
mensile 12 fogli

carta: patinata lucida

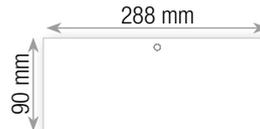
allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



formato



area di stampa

DICEMBRE 2023			GENNAIO 2024			FEBBRAIO 2024		
1	Venerdì	S. Elisabetta	1	LUNEDÌ	S. Maria Maddalena	1	Giovedì	S. Antonio
2	Sabato	S. Felice	2	MARTEDÌ	S. Sebastiano	2	Venerdì	Passione di Gesù
3	Domenica	S. Spirito - S. Pancrazio	3	MERCOLEDÌ	S. Costantino	3	Sabato	S. Agostino
4	Lunedì	S. Felice	4	GIOVEDÌ	S. Costantino	4	Domenica	S. Agostino
5	Martedì	S. Felice	5	VENERDÌ	S. Costantino	5	Lunedì	S. Agostino
6	Mercoledì	S. Felice	6	SABATO	S. Costantino	6	Martedì	S. Agostino
7	Giovedì	S. Felice	7	DOMENICA	S. Costantino	7	Mercoledì	S. Agostino
8	Venerdì	S. Felice	8	LUNEDÌ	S. Costantino	8	Giovedì	S. Agostino
9	Sabato	S. Felice	9	MARTEDÌ	S. Costantino	9	Venerdì	S. Agostino
10	Domenica	S. Felice	10	MERCOLEDÌ	S. Costantino	10	Sabato	S. Agostino
11	Lunedì	S. Felice	11	GIOVEDÌ	S. Costantino	11	Domenica	S. Agostino
12	Martedì	S. Felice	12	VENERDÌ	S. Costantino	12	Lunedì	S. Agostino
13	Mercoledì	S. Felice	13	SABATO	S. Costantino	13	Martedì	S. Agostino
14	Giovedì	S. Felice	14	DOMENICA	S. Costantino	14	Mercoledì	S. Agostino
15	Venerdì	S. Felice	15	LUNEDÌ	S. Costantino	15	Giovedì	S. Agostino
16	Sabato	S. Felice	16	MARTEDÌ	S. Costantino	16	Venerdì	S. Agostino
17	Domenica	S. Felice	17	MERCOLEDÌ	S. Costantino	17	Sabato	S. Agostino
18	Lunedì	S. Felice	18	GIOVEDÌ	S. Costantino	18	Domenica	S. Agostino
19	Martedì	S. Felice	19	VENERDÌ	S. Costantino	19	Lunedì	S. Agostino
20	Mercoledì	S. Felice	20	SABATO	S. Costantino	20	Martedì	S. Agostino
21	Giovedì	S. Felice	21	DOMENICA	S. Costantino	21	Mercoledì	S. Agostino
22	Venerdì	S. Felice	22	LUNEDÌ	S. Costantino	22	Giovedì	S. Agostino
23	Sabato	S. Felice	23	MARTEDÌ	S. Costantino	23	Venerdì	S. Agostino
24	Domenica	S. Felice	24	MERCOLEDÌ	S. Costantino	24	Sabato	S. Agostino
25	Lunedì	S. Felice	25	GIOVEDÌ	S. Costantino	25	Domenica	S. Agostino
26	Martedì	S. Felice	26	VENERDÌ	S. Costantino	26	Lunedì	S. Agostino
27	Mercoledì	S. Felice	27	SABATO	S. Costantino	27	Martedì	S. Agostino
28	Giovedì	S. Felice	28	DOMENICA	S. Costantino	28	Mercoledì	S. Agostino
29	Venerdì	S. Felice	29	LUNEDÌ	S. Costantino	29	Giovedì	S. Agostino
30	Sabato	S. Felice	30	MARTEDÌ	S. Costantino	30	Venerdì	S. Agostino
31	Domenica	S. Felice	31	MERCOLEDÌ	S. Costantino	31	Sabato	S. Agostino



format pagina retro

# OL2390 OLANDESE STAGIONI

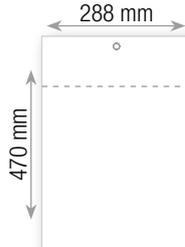
mensile 12 fogli

carta: patinata lucida

allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



formato



area di stampa

DICEMBRE 2023						
LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
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

# 2024

FEBBRAIO 2024						
LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
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			

<p><b>1</b> Lunedì <span style="float: right;">set. 1</span> 1-363 Maria Madre di Dio</p> <p><b>2</b> Martedì 2-364 S. Rosalia</p> <p><b>3</b> Mercoledì 3-363 S. Geremia</p> <p><b>4</b> Giovedì 4-362 S. Eusebio</p> <p><b>5</b> Venerdì 5-361 S. Amelia</p> <p><b>6</b> Sabato 6-360 Epifania del Signore</p> <p><b>7</b> Domenica 7-359 Battesimo di Gesù</p> <p><b>8</b> Lunedì <span style="float: right;">set. 2</span> 8-358 S. Massimo</p> <p><b>9</b> Martedì 9-357 S. Giuliano m.</p> <p><b>10</b> Mercoledì 10-356 S. Albi</p> <p><b>11</b> Giovedì 11-355 S. Igino Papa</p> <p><b>12</b> Venerdì 12-354 S. Modesto</p> <p><b>13</b> Sabato 13-353 S. Basilio</p> <p><b>14</b> Domenica 14-352 S. Felice</p> <p><b>15</b> Lunedì <span style="float: right;">set. 3</span> 15-351 S. Mauro abate</p> <p><b>16</b> Martedì 16-350 S. Marcellino Papa</p>	<p><b>Mercoledì</b> <b>17</b> 17-349 S. Antonio abate</p> <p><b>Giovedì</b> <b>18</b> 18-348 S. Liberata</p> <p><b>Venerdì</b> <b>19</b> 19-347 S. Marco m.</p> <p><b>Sabato</b> <b>20</b> 20-346 S. Sebastiano</p> <p><b>Domenica</b> <b>21</b> 21-345 S. Agnese</p> <p><b>set. 4</b> <b>Lunedì</b> <b>22</b> 22-344 S. Vincenzo m.</p> <p><b>Martedì</b> <b>23</b> 23-343 S. Eusebio</p> <p><b>Mercoledì</b> <b>24</b> 24-342 S. Francesco di Sales</p> <p><b>Giovedì</b> <b>25</b> 25-341 Conversione di S. Paolo</p> <p><b>Venerdì</b> <b>26</b> 26-340 SS. Tito e Taziano</p> <p><b>Sabato</b> <b>27</b> 27-339 S. Angela Merici</p> <p><b>Domenica</b> <b>28</b> 28-338 S. Tommaso d'Aquino</p> <p><b>set. 5</b> <b>Lunedì</b> <b>29</b> 29-337 S. Costanzo</p> <p><b>Martedì</b> <b>30</b> 30-336 S. Martina</p> <p><b>Mercoledì</b> <b>31</b> 31-335 S. Giovanni Bosco</p>
---	--



format pagina retro

È vietata la ristampa o l'uso non autorizzato senza permesso scritto dalla casa editrice.

# OL2325 OLANDESE STANDARD

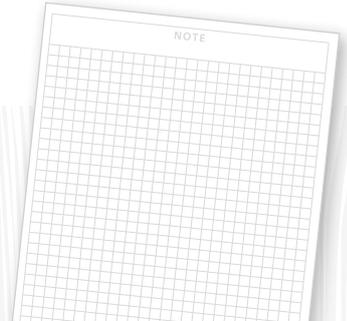
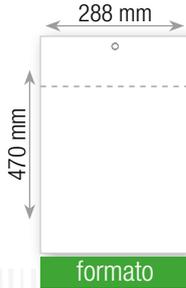
mensile 12 fogli

carta: patinata lucida

allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



format pagina retro

OL2325-01 ROSSO - NERO

GENNAIO 2024		
<b>1</b> Venerdi S. Spirito	<b>1</b> LUNEDI Maria Madre di Dio	<b>17</b> MERCOLEDI S. Antonio abate
<b>2</b> Sabato S. Baldo	<b>2</b> MARTEDI S. Baldo	<b>18</b> GIOVEDI S. Ursula
<b>3</b> Domenica S. Spirito - S. Innocenzo	<b>3</b> MERCOLEDI S. Genesio	<b>19</b> VENERDI S. Marcellino
<b>4</b> Lunedi S. Baldo	<b>4</b> GIOVEDI S. Demetrio	<b>20</b> SABATO S. Sebastiano
<b>5</b> Martedi S. Baldo	<b>5</b> VENERDI S. Andrea	<b>21</b> DOMENICA S. Agostino
<b>6</b> Mercoledì S. Baldo	<b>6</b> SABATO Epifania del Signore	<b>22</b> LUNEDI S. Venceslao
<b>7</b> Giovedì S. Andrea	<b>7</b> DOMENICA Epifania di Gesù	<b>23</b> MARTEDI S. Eusebio
<b>8</b> Venerdì S. Innocenzo	<b>8</b> LUNEDI S. Stefano	<b>24</b> MERCOLEDI S. Francesco di Sales
<b>9</b> Sabato S. Spirito	<b>9</b> MARTEDI S. Costantino	<b>25</b> GIOVEDI Custodia di S. Paolo
<b>10</b> Domenica S. Spirito - S. S. Spirito	<b>10</b> MERCOLEDI S. Rocco	<b>26</b> VENERDI S. Teodoro
<b>11</b> Lunedi S. Innocenzo	<b>11</b> GIOVEDI S. Ignazio	<b>27</b> SABATO S. Angelo Merlo
<b>12</b> Martedi S. Innocenzo	<b>12</b> VENERDI S. Matilde	<b>28</b> DOMENICA S. Tommaso d'Aquino
<b>13</b> Mercoledì S. Lucia	<b>13</b> SABATO S. Ivo	<b>29</b> LUNEDI S. Costantino
<b>14</b> Giovedì S. Spirito della Croce	<b>14</b> DOMENICA S. Spirito	<b>30</b> MARTEDI S. Marcellino
<b>15</b> Venerdì S. Innocenzo	<b>15</b> LUNEDI S. Maurizio	<b>31</b> MERCOLEDI S. Giovanni Battista
<b>16</b> Sabato S. Rocco	<b>16</b> MARTEDI S. Maurizio	

OL2325-02 CYAN - NERO

OL2325-03 VERDE - NERO



# OL2290 OLANDESE BASIC

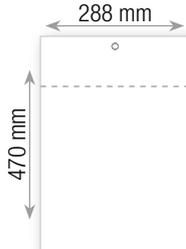
mensile 12 fogli

carta: patinata lucida

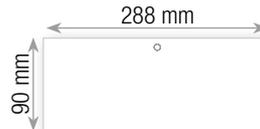
allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.

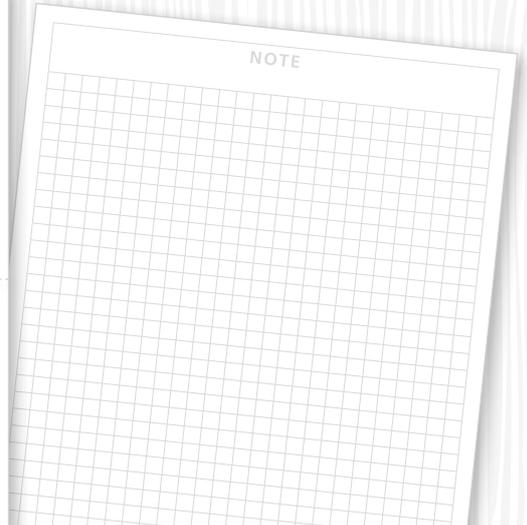


formato



area di stampa

OL2290-11 ROSSO - BLU



format pagina retro

GENNAIO 2024		
<b>1</b> ven	Maria Madre di Dio 1-305	<b>17</b> mer
<b>2</b> sab	S. Basilio v. 2-304	<b>18</b> gio
<b>3</b> dom	S. Genoveffa 3-303	<b>19</b> ven
<b>4</b> lun	S. Ermete 4-302 (E)	<b>20</b> sab
<b>5</b> mar	S. Anselmo 5-301	<b>21</b> dom
<b>6</b> mer	Epifania del Signore 6-300	<b>22</b> lun
<b>7</b> gio	Battesimo di Gesù 7-299	<b>23</b> mar
<b>8</b> ven	S. Massimo 8-298	<b>24</b> mer
<b>9</b> sab	S. Giuliano m. 9-297	<b>25</b> gio
<b>10</b> dom	S. Ardo 10-296	<b>26</b> ven
<b>11</b> lun	S. Ignazio Papa 11-295 (G)	<b>27</b> sab
<b>12</b> mar	S. Modesto 12-294	<b>28</b> dom
<b>13</b> mer	S. Ilario 13-293	<b>29</b> lun
<b>14</b> gio	S. Felice m. 14-292	<b>30</b> mar
<b>15</b> ven	S. Misero abate 15-291	<b>31</b> mer
<b>16</b> sab	S. Marcello Papa 16-290	

OL2290-13 VERDE - BLU

# OL2340 OLANDESE SVEDESE

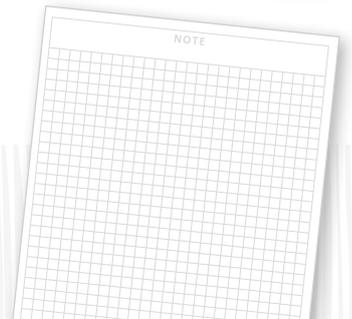
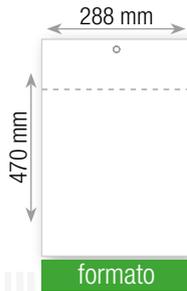
mensile 12 fogli

carta: patinata lucida

allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.



format pagina retro

OL2340-01 ROSSO

OL2340-04 GRIGIO

OL2340-03 VERDE

OL2340-02 CYAN

<b>1 lun</b> Nata Madre di Dio - Capodanno	<b>17 mer</b> s. Antonio abate	<b>DICEMBRE 2023</b>	
<b>2 mar</b> s. Basilio e Gregorio	<b>18 gio</b> ☽	set. 48 49 50 51 52	lun 4 11 18 25
<b>3 mer</b> s. Genoveffa	<b>19 ven</b> s. Marco	mar 5 12 19 26	mar 5 12 19 26
<b>4 gio</b> ☾	<b>20 sab</b> s. Sebastiano e Fabiano	mer 6 13 20 27	mer 6 13 20 27
<b>5 ven</b> s. Andrea	<b>21 dom</b> s. Agnese	gio 7 14 21 28	gio 7 14 21 28
<b>6 sab</b> Epifania di N.S.	<b>22 lun</b> s. Vincenza	ven 1 8 15 22 29	ven 1 8 15 22 29
<b>7 dom</b> Battesimo di Gesù	<b>23 mar</b> s. Eufemia	sab 2 9 16 23 30	sab 2 9 16 23 30
<b>8 lun</b> s. Massimo	<b>24 mer</b> s. Pancrazio di Belfa	dom 3 10 17 24 31	dom 3 10 17 24 31
<b>9 mar</b> s. Giuliano	<b>25 gio</b> ☽	<b>GENNAIO</b>	
<b>10 mer</b> s. Adalberto	<b>26 ven</b> s. Tito e Timoteo	<b>20</b>	
<b>11 gio</b> ☽	<b>27 sab</b> s. Angela Merici	<b>24</b>	
<b>12 ven</b> s. Costantino	<b>28 dom</b> s. Tommaso d'Aquino	<b>FEBBRAIO 2024</b>	
<b>13 sab</b> s. Felice	<b>29 lun</b> s. Costantino	set. 05 06 07 08 09	lun 5 12 19 26
<b>14 dom</b> s. Polcevera	<b>30 mar</b> s. Martina	mar 6 13 20 27	mar 6 13 20 27
<b>15 lun</b> s. Mauro	<b>31 mer</b> s. Giovanni Battista	mer 7 14 21 28	mer 7 14 21 28
<b>16 mar</b> s. Marcellino		gio 1 8 15 22 29	gio 1 8 15 22 29
		ven 2 9 16 23	ven 2 9 16 23
		sab 3 10 17 24	sab 3 10 17 24
		dom 4 11 18 25	dom 4 11 18 25

# SM2270 SILHOUETTE MULTICOLOR

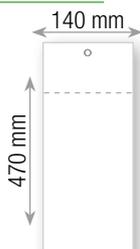
mensile 12 fogli

carta: patinata lucida

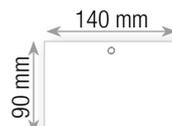
allestimento: termosaldatura Tecnoblok



imballo da 100 pz.

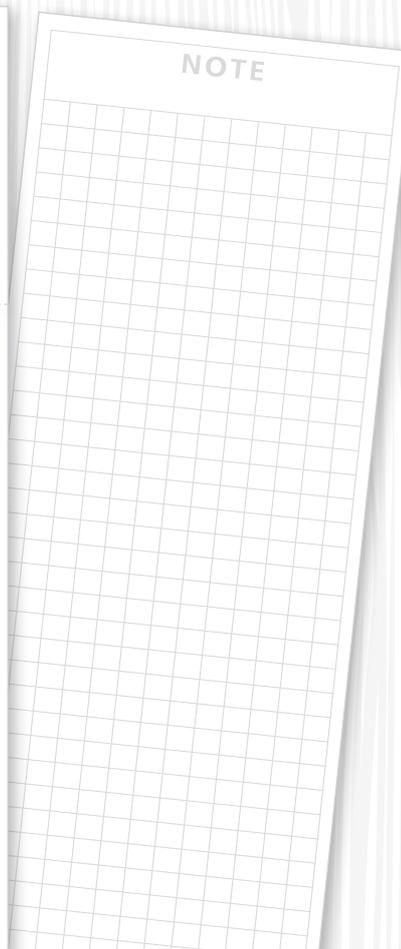


formato



area di stampa

GENNAIO 2024		GENNAIO 2024	
1	1	L	1
2	2	M	2
3	3	M	3
4	4	G	4
5	5	V	5
6	6	S	6
7	7	D	7
8	8	L	8
9	9	M	9
10	10	M	10
11	11	G	11
12	12	V	12
13	13	S	13
14	14	D	14
15	15	L	15
16	16	M	16
17	17	M	17
18	18	G	18
19	19	V	19
20	20	S	20
21	21	D	21
22	22	L	22
23	23	M	23
24	24	M	24
25	25	G	25
26	26	V	26
27	27	S	27
28	28	D	28
29	29	L	29
30	30	M	30
31	31	M	31



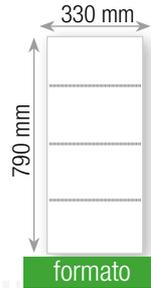
format pagina retro





# TR2370 TRITTICO 3 SPIRALI COLOR

3 blocchi mensili 12 fogli  
 carta: patinata lucida gr. 80  
 allestimento: 3 spirali e cartone sottoblocco, cursore segnadata in dotazione, testata in cartoncino pesante.



imballo da 50 pz.

DECEMBER DECEMBRE DECEMBER							
DICEMBRE 2023							
SETTIMANA WEEK	LUNEDÌ MONDAY	MARTEDÌ TUESDAY	MERCOLEDÌ WEDNESDAY	GIOVEDÌ THURSDAY	VEDÌ FRIDAY	SABATO SATURDAY	DOMENICA SUNDAY
43					1	2	3
44	4	5	6	7	8	9	10
45	11	12	13	14	15	16	17
46	18	19	20	21	22	23	24
47	25	26	27	28	29	30	31

JANUARY JANVIER JANUAR							
GENNAIO 2024							
SETTIMANA WEEK	LUNEDÌ MONDAY	MARTEDÌ TUESDAY	MERCOLEDÌ WEDNESDAY	GIOVEDÌ THURSDAY	VEDÌ FRIDAY	SABATO SATURDAY	DOMENICA SUNDAY
1	1	2	3	4	5	6	7
2	8	9	10	11	12	13	14
3	15	16	17	18	19	20	21
4	22	23	24	25	26	27	28
5	29	30	31				

FEBRUARY FEVRIER FEBRUAR							
FEBBRAIO 2024							
SETTIMANA WEEK	LUNEDÌ MONDAY	MARTEDÌ TUESDAY	MERCOLEDÌ WEDNESDAY	GIOVEDÌ THURSDAY	VEDÌ FRIDAY	SABATO SATURDAY	DOMENICA SUNDAY
6				1	2	3	4
7	5	6	7	8	9	10	11
8	12	13	14	15	16	17	18
9	19	20	21	22	23	24	25
10	26	27	28	29			

## TV2230 BASIC

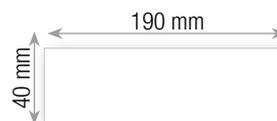
mensile 12 fogli + copertina

carta: usomano

allestimento: spirale metallica e supporto in cartoncino



formato



area di stampa



imballo da 100 pz.



TV2230-13 VERDE - BLU



TV2230-11 ROSSO - BLU



TV2230-12 CYAN - BLU

# TV2250 MULTICOLOR

mensile 12 fogli + copertina

carta: patinata lucida

allestimento: spirale metallica e supporto in cartoncino



formato



area di stampa



imballo da 100 pz.



**TV2260 DESIGN**

mensile 12 fogli + copertina

carta: patinata lucida

allestimento: spirale metallica e supporto in

cartoncino



formato



area di stampa



imballo da 100 pz.



# TV2265 SVEDESE

mensile 12 fogli + copertina

carta: patinata lucida

allestimento: spirale metallica e supporto in cartoncino



formato



area di stampa



imballo da 100 pz.



**TV2200 TROPICAL**

mensile 12 fogli + copertina

carta: patinata lucida

allestimento: spirale metallica e supporto in cartoncino



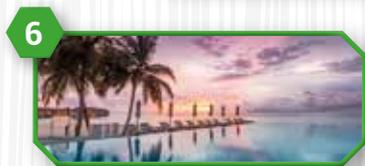
formato



area di stampa



imballo da 100 pz.



# TV2240 CITTÀ D'ITALIA

mensile 12 fogli + copertina

carta: patinata lucida

allestimento: spirale metallica e supporto in cartoncino



formato



area di stampa



imballo da 100 pz.



## TV2210 CANI E GATTI

mensile 12 fogli + copertina

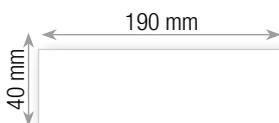
carta: patinata lucida

allestimento: spirale metallica e supporto in

cartoncino



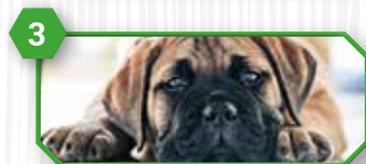
formato



area di stampa



imballo da 100 pz.



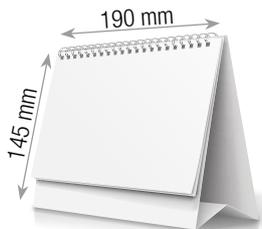
# TV2280 AUTO SPORTIVE

mensile 12 fogli + copertina

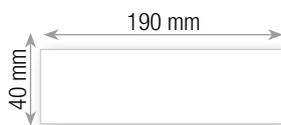
carta: patinata lucida

allestimento: spirale metallica e supporto in

cartoncino



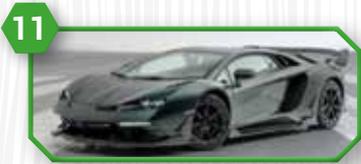
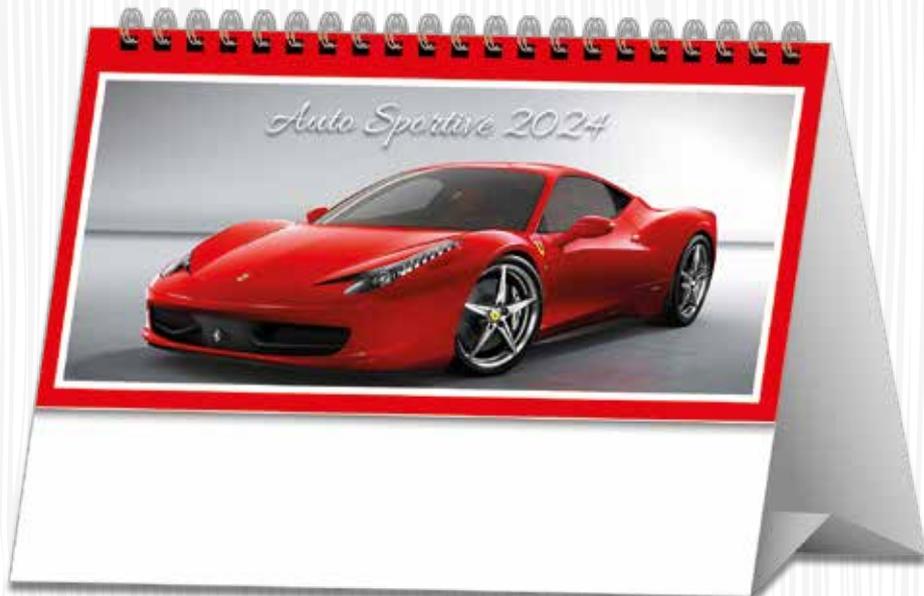
formato



area di stampa



imballo da 100 pz.



# TV2218 SAN PIO

mensile 12 fogli + copertina

carta: patinata lucida

allestimento: spirale metallica e supporto in

cartoncino



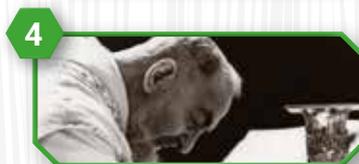
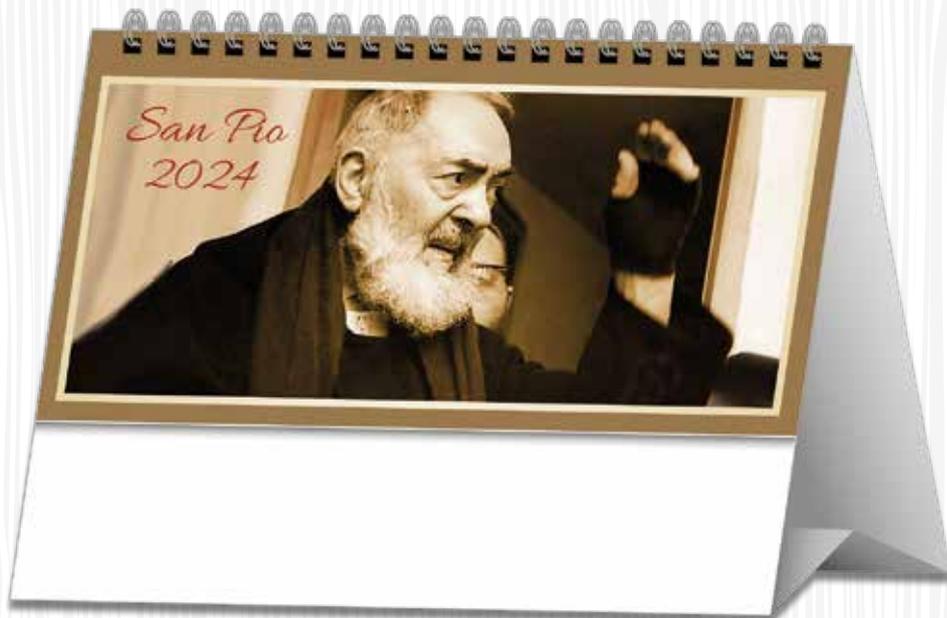
formato



area di stampa



imballo da 100 pz.



# TV2270 MOUSEPAD

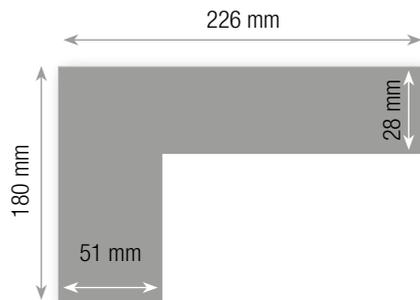
TAPPETINO MOUSE CON CALENDARIO

mensile 12 fogli con note

base in eva

copertina rigida in pvc

carta naturale



dimensioni ed area di stampa



imballo da 100 pz.

TV2270-11 ROSSO - NERO



TV2270-18 GRIGIO - NERO



TV2270-13 VERDE - BLU



TV2270-12 CYAN - BLU

