

**20
22**

12

**MESI
PER
ESSERE
FELICE**

SPECIALI 12 FOGLI**28,8x47**

C001	Calendario Valori	»	08
C002	Calendario Ragazzi	»	14
C003	Calendario Organizer.....	»	18

ILLUSTRATI 12 FOGLI**28,8x47**

C010	Le 4 Stagioni.....	»	22	C130	Il Panificio.....	»	46
C020	Farmacia	»	24	C140	Carne in Tavola	»	48
C030	I Cuccioli	»	26	C150	Sapori del Mare.....	»	50
C050	Città Italiane	»	30	C160	La Pizza.....	»	52
C055	Città del Mondo.....	»	32	C170	Dolci&Piaceri.....	»	54
C060	Papa Francesco	»	34	C200	Motori.....	»	58
C070	San Pio.....	»	36	C205	Home Design	»	60
C080	Cucina.....	»	38	C210	Flowers.....	»	62
C100	Frutta&Verdura.....	»	40	C220	Cabala.....	»	64
C110	Lunario	»	42	C250	Sexy.....	»	66
C120	Eccellenze Italiane.....	»	44				

SILHOUETTE ILLUSTRATE 12 FOGLI**14x47**

C300	Silhouette I Cuccioli	»	68	C335	Silhouette Motori	»	74
C320	Silhouette Papa Francesco	»	70	C350	Silhouette Cucina	»	76
C325	Silhouette San Pio	»	72	C360	Silhouette Carne in Tavola	»	78

OLANDESI

C500	Silhouette Multicolor	»	81	C580	Olandese Standard Multicolor	»	91
C530	Olandese Medium	»	82	C610	Olandese Style Multifluo	»	92
C540	Olandese Standard.....	»	84	C615	Olandese Style Multifluo Black....	»	94
C550	Olandese Trendy.....	»	86	C620	Silhouette Style Multifluo	»	96
C560	Olandese Notes.....	»	88	C625	Silhouette Style Multifluo Black..	»	98
C570	Olandese Notes Multicolor	»	90				



Questo periodo storico, così verbalmente aggressivo, ha ispirato il tema di questo progetto. 12 mesi per essere felice è un calendario fluorescente che crede nella gentilezza e nei buoni propositi. Ogni mese è caratterizzato da un pantone fluo. Il fronte è composto da mese corrente, precedente e successivo, ricorrenze nazionali e mondiali, e un consiglio di felicità abbinato all'iniziale del mese corrente. Sul retro è rappresentato il concept del mese corrente con un'illustrazione astratta, questo, è stato pensato per diventare poster da appendere alle pareti di casa.

C001

C001 I VALORI

Mensile 12 fogli

Carta Patinata

Stampa 2 colori fluo
fronte/retro

Testata Termosaldata

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 31x10

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x47 ►

20
21

12

MESI
PER
ESSERE
FELICE

- 8 -

g

20
22

12
mesi per
essere
felice

01. gentilezza

Ogni persona che incontri sta combattendo
una battaglia di cui non sai nulla.
Sii gentile. Sempre
[Platone]

gennaio

LUN	3	s. Genoveffa <small>1° gennaio</small>	10	s. Aldo <small>1° gennaio</small>	17	s. Antonio abate <small>1° gennaio</small>	24	s. Francesco di Sales <small>1° gennaio</small>	31	s. Giovanni Bocca <small>1° gennaio</small>
MAR	4	ss. Emme e Calo	11	s. Igino	18	s. Liberata - s. Margherita	25	Conversione di s. Paolo		
MER	5	s. Amelia	12	s. Cresia	19	s. Maria e Marta	26	ss. Tito e Timoteo		
GIO	6	Epifania di N.S.	13	s. Ilario	20	ss. Sebastiano e Fabiano	27	s. Angela Merici		
VEN	7	s. Raimondo di Peafort	14	s. Felice	21	s. Agnese	28	s. Tommaso d'Aquino		
SAB	1	Maria Madre di Dio - Capodanno <small>1° gennaio</small>	8	s. Massimo	15	s. Mauro	22	s. Vincenzo e Caudenzio	29	s. Costanzo
DOM	2	ss. Basilio e Gregorio	9	Battesimo di Gesù	16	s. Marcello	23	s. Eusebio	30	s. Martina

12  M G V S D L M M G V S D L M M G V S D L M M G V S D L M M G V

02  M M G V S D L M M G V S D L M M G V S D L M M G V S D L

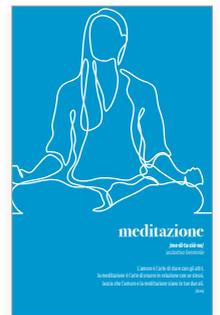
I VALORI



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



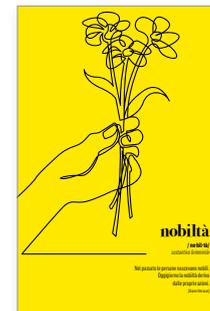
AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

01/2022 GENNAIO

12 COSE DA FARE

PER DIVENTARE UN
CITTADINO MODELLO!

PROMEMORIA DA COLORARE
A MISURA DI BAMBINI

SAB 1	S. CAPOVANO	DOM 16	S. ANGELO	LUN 31	S. GENOVE SOLO
DOM 2	S. BASILIO E GREGORIO	LUN 17	S. ANTONIO ABBATE		
LUN 3	S. GENOVE	MAR 18	S. LEONARDO		
MAR 4	S. ERNESTO E CARO	MER 19	S. ANGELO E BASSA		
MER 5	S. ANELLA	GIO 20	S. ZENOVIO E GEMINO		
GIO 6	S. EPIDIO	VEN 21	S. ANTONIO		
VEN 7	S. RAFFAELLO	SAB 22	S. VINCENZO E GIUSEPPE		
SAB 8	S. MASSIMO	DOM 23	S. EUSEBIO		
DOM 9	BATTESIMO DI CRISTO	LUN 24	S. FRANCESCO DI SALES		
LUN 10	S. ALDO	MAR 25	S. GIUSEPPE DI NAZARET		
MAR 11	S. GIORDANO	MER 26	S. TEOFILO		
MER 12	S. CESARIA	GIO 27	S. ANGELO ALCANTARA		
GIO 13	S. ILARIO	VEN 28	S. TOMMASO D'ACQUINO		
VEN 14	S. FELICE	SAB 29	S. GIOVANNI		
SAB 15	S. MAURO	DOM 30	S. ANTONIO		



IL RISPETTARE LA VITA

LA VITA DI TUTTI È MOLTO IMPORTANTE,
LA TUA, QUELLA DI UNA FAMIGLIA,
DI UN APE O DI UNA ZANFRA.
NON SI RISPETTANO LA VITA CHE SI CONSIDERA,
DALLE SPACCE, LASCIARE CHE DUE
SODDIA TRATTARE BENE.

NONI LE SOLLETTA

PER TUTTO IL POSSIBILE
È PROFICUO CHE NE HA SODDIO
PENSARE UNA VITA, O SE DECIDONO
PARCERE, QUANDO CONTINUARE A FARLA
LA NATURA LO VOGLIA, TARDIO CERO
O ACCORDANDO CHE ALTRI
ACCENNI CORRETTAMENTE.

COLORAMI
ANCHE DIETRO!

COLORAMI
ANCHE DIETRO!

DICEMBRE 2021

L	M	M	G	V	S	L	M	M	G	V	S
		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 2022

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

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

L	M	M	G	V	S	L	M	M	G	V	S
						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

12 COSE DA FARE

PER DIVENTARE UN CITTADINO MODELLO!

PROMEMORIA DA COLORARE
A MISURA DI RAGAZZO!

Un calendario da colorare pensato per i bambini.

12 nozioni di educazione civica per diventare un cittadino modello.

Ogni mese ha un colore differente che lo caratterizza e una nozione di educazione civica differente.

Il fronte è composto dal mese corrente molto grande con gli elementi da colorare,

in basso, dal mese precedente e successivo e da una breve nozione

per sviluppare il senso civico abbinato alle illustrazioni, anch'esse da colorare.

Il retro invece, è caratterizzato da tre componenti: un'illustrazione a tutta pagina da colorare,

un gioco di memoria che richiama il testo nella pagina precedente e da un'infografica

che mostra il livello di avanzamento verso il titolo di cittadino modello.

COMPLETA I LIVELLI PER DIVENTARE UN CITTADINO MODELLO

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----



C002

C002 RAGAZZI

Mensile 12 fogli

Carta Patinata

Stampa 2 colori fluo
fronte/retro

Testata Termosaldata

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 31x10

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x47 ►

20
21

12

MESI
PER
ESSERE
FELICE

01/2022 GENNAIO

12 COSE DA FARE

PER DIVENTARE UN
CITTADINO MODELLO!

MEMORIA DA COLORARE
A MISURA DI BAMBINO

SAB	1	ESPONDO	DOM	16	S. ANTONIO	LUN	31	S. GENOVESE
DOM	2	S. SAVERIO E QUINZIO	LUN	17	S. ANTONIO			
LUN	3	S. GENOVESE	MAR	18	S. LUKASIO			
MAR	4	S. SIMEONE E IUDAS	MER	19	S. MARCO E MARCO			
MER	5	S. ANNA	GIO	20	S. CRISTOFORO			
GIO	6	EPIFANIA DI GESU	VEN	21	S. ANTONIO			
VEN	7	S. GABRIELE	SAB	22	S. GIACOMO E GIACOMO			
SAB	8	S. RAFFAELLO	DOM	23	S. EPIFANIA			
DOM	9	BATTESIMO DI GESU	LUN	24	S. FRANCESCO DI SALES			
LUN	10	S. ALDO	MAR	25	CONVERSIONE DI S. PAOLO			
MAR	11	S. GIOVANNI	MER	26	S. VITO E TONINO			
MER	12	S. CATERINA	GIO	27	S. ANNA VESCOVO			
GIO	13	S. LAURO	VEN	28	S. DOMENICO S. PADOVANO			
VEN	14	S. FELICE	SAB	29	S. CRISTOFORO			
SAB	15	S. ANTONIO	DOM	30	S. ANTONIO			



IL RISPETTARE LA VITA

LA VITA DI TUTTI È MOLTO IMPORTANTE.
LA TUA, QUELLA DI UNA FAMIGLIA,
DI UN ANIMALE O DI UNA PIANTA.
AIUTAMOCI A RISPETTARE LA VITA CHE CI CIRCONDA,
DARLE SPAZIO, LASCIARE CHE OGGI
BAGNAMI FRUTTARE BENE.



COLORAMI
ANCHE DIETRO!

DICEMBRE 2021

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

FEBBRAIO 2022

L	M	M	L	V	S	L	M	M	L	V	S
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					

RAGAZZI

HAI LETTO IL TESTO NELLA PAGINA PRECEDENTE?
BENE! ADESSO COLORA IL DISEGNO E COMPLETA LE FRASI.

LA VITA DI TUTTI È MOLTO _____
LA TUA, QUELLA DI UNA FAMIGLIA,
DI UN _____ O DI UNA PIANTA.
BISOGNA _____ LA VITA CHE CI CIRCONDA,
DARLE SPAZIO, LASCIARE CHE DUKI.
BISOGNA TRATTARE BENE.

BRAVO! SEI DIVENTATO UN CITTADINO MODELLO DI PRIMO LIVELLO

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



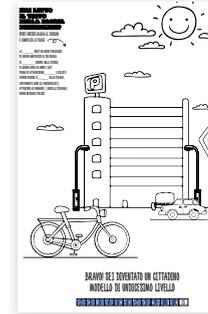
AGOSTO



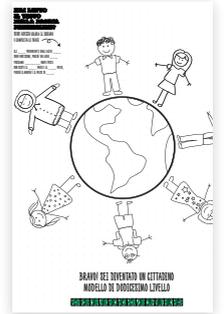
SETTEMBRE



OCTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

PER DIVENTARE UN CITTADINO MODELLO

C010

LE 4 STAGIONI

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

 Dimensione Calendario
 cm 28,8x47

 Dimensione Testata
 cm 28,8x9

 Imballo
 Pz. 100

f.to 28,8x47 ▶

20
22
12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

GENNAIO

<p>1 SAB ☉☼☼☼ 52° sett. Maria Madre di Dio - Capodanno 1-344</p> <p>2 DOM ☼ ss. Basilio e Gregorio 2-343</p> <p>3 LUN ☽ 1° sett. s. Genoveffa 3-342</p> <p>4 MAR ☽ ss. Ermete e Caio 4-341</p> <p>5 MER ☽ s. Amelia 5-340</p> <p>6 GIO ☉☼ Epifania di N.S. 6-339</p> <p>7 VEN ☽ s. Raimondo di Peñafort 7-338</p> <p>8 SAB ☽ s. Massimo 8-337</p> <p>9 DOM ☽☼ Battesimo di Gesù 9-336</p> <p>10 LUN ☽ 2° sett. s. Aldo 10-355</p> <p>11 MAR ☽ s. Igino 11-354</p> <p>12 MER ☽ s. Cesira 12-353</p> <p>13 GIO ☽ s. Ilario 13-352</p> <p>14 VEN ☽ s. Felice 14-351</p> <p>15 SAB ☽ s. Mauro 15-350</p> <p>16 DOM ☽☼ s. Marcello 16-349</p>	<p>3° sett. LUN 17 17-348 s. Antonio abate</p> <p>☽ MAR 18 18-347 s. Liberata - s. Margherita</p> <p>MER 19 19-346 s. Mario e Marta</p> <p>GIO 20 20-345 ss. Sebastiano e Fabiano</p> <p>VEN 21 21-344 ☸ s. Agnese</p> <p>SAB 22 22-343 ss. Vincenzo e Gaudenzio</p> <p>DOM 23 23-342 s. Emerenziana</p> <p>4° sett. LUN 24 24-341 s. Francesco di Sales</p> <p>☽ MAR 25 25-340 Conversione di s. Paolo</p> <p>MER 26 26-339 ss. Tito e Timoteo</p> <p>GIO 27 27-338 s. Angela Merici</p> <p>VEN 28 28-337 s. Tommaso d'Acquino</p> <p>SAB 29 29-336 s. Costanzo</p> <p>DOM 30 30-335 s. Martina</p> <p>5° sett. LUN 31 31-334 s. Giovanni Bosco</p>
--	--

DICEMBRE 2021						
LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
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 2022						
LUN	MAR	MER	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						

2022

L'importo di pubblicità, nel rispetto dell'aggiornamento fiscale, è in carico di chi lo espone in pubblicità. ☀️ ☁️ ☄️ ☀️

LE 4 STAGIONI

Stagioni astronomiche e meteorologiche

LE STAGIONI METEOROLOGICHE

Per gli astronomi sono equinozi e solstizi a determinare la cadenza stagionale, mentre i meteorologi ragionano per trimestri e il passaggio da una stagione all'altra coincide con l'inizio e la fine dei mesi del calendario gregoriano. Astronomi e meteorologi hanno due modi diversi di considerare le stagioni. I primi si basano sulle diverse posizioni della Terra rispetto al Sole, mentre i secondi ragionano per trimestri, facendo coincidere il passaggio da una stagione all'altra con l'inizio e la fine di un mese del calendario gregoriano. Ecco allora come si distinguono le stagioni astronomiche da quelle meteorologiche ed i motivi alla base delle differenze tra le due metodologie.

Al contrario degli astronomi, meteorologi e climatologi suddividono le stagioni in gruppi di tre mesi completi, in base al ciclo annuale delle temperature ed al calendario gregoriano. Per cui l'inverno comprende Dicembre, Gennaio e Febbraio, la primavera Marzo, Aprile e Maggio; l'estate Giugno, Luglio ed agosto, mentre l'autunno meteorologico dura da Settembre a Novembre. La scelta di questa suddivisione ha principalmente ragioni statistiche. La forma ellittica dell'orbita terrestre, infatti, fa sì che le stagioni astronomiche abbiano una durata variabile tra gli 89 e i 93 giorni. Questa discrepanza da un anno all'altro solleverebbe dei problemi

nella formulazione di statistiche atmosferiche coerenti. I primi segnali dell'arrivo di una nuova stagione climatica, peraltro cominciano a palesarsi anche due o tre settimane prima di equinozi e solstizi: una su tutte il cambiamento della disposizione di alta e bassa pressione che, semplificando, sono spesso sinonimi di buono e cattivo tempo. Per cui, ad esempio, anche se a livello astronomico il 20 Febbraio ed il 20 Marzo fanno parte della stessa stagione, a livello climatico le configurazioni meteorologiche potrebbero risultare molto diverse, rendendo più complesse previsioni e comparazioni su base statistica.

ILLUSTRATO 12 FOGLI

GENNAIO

GENNAIO

FEBBRAIO

FEBBRAIO

MARZO

MARZO

APRILE

APRILE

MAGGIO

MAGGIO

GIUGNO

GIUGNO

LUGLIO

LUGLIO

AGOSTO

AGOSTO

SETTEMBRE

SETTEMBRE

OTTOBRE

OTTOBRE

NOVEMBRE

NOVEMBRE

DICEMBRE

DICEMBRE

CO20

FARMACIA

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x47 ▶

20
21

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE



GENNAIO 2022



1	SAB	52 ^a sett.
Maria Madre di Dio - Capodanno 1.364		
2	DOM	2.363
ss. Basilio e Gregorio		
3	LUN	1 ^a sett.
s. Genoveffa 3.362		
4	MAR	4.361
ss. Ermete e Caio		
5	MER	5.360
s. Amelia		
6	GIO	6.359
Epifania di N.S.		
7	VEN	7.358
s. Raimondo di Peñafort		
8	SAB	8.357
s. Massimo		
9	DOM	9.356
Battesimo di Gesù		
10	LUN	2 ^a sett.
s. Aldo 10.355		
11	MAR	11.354
s. Iginio		
12	MER	12.353
s. Cesira		
13	GIO	13.352
s. Ilario		
14	VEN	14.351
s. Felice		
15	SAB	15.350
s. Mauro		
16	DOM	16.349
s. Marcello		



COS'È LA VITAMINA D

La vitamina D è una vitamina liposolubile che viene rilasciata nel nostro organismo quando serve e si accumula naturalmente nel fegato. Ne esistono di due tipi:
La vitamina D2 (ergocalciferolo) che troviamo in piccola quantità nella verdura e in maggior numero nei funghi;
La vitamina D3 (colecalciferolo) che viene, invece, sintetizzata dalla pelle attraverso l'esposizione solare. A cosa serve la vitamina D3? È indispensabile al nostro corpo per assorbire altri minerali, come il calcio e il fosforo, che sono fondamentali, ad esempio, per la formazione di ossa e denti.
La vitamina D ha benefici riconosciuti per il nostro sistema immunitario contro alcune infezioni, protegge il cuore e aiuta a tenere lontane anche altre patologie legate alla cartilagine ed ai muscoli.

3 ^a sett.	LUN	17
s. Antonio abate 17.348		
4 ^a sett.	MAR	18
s. Liberata - s. Margherita 18.347		
5 ^a sett.	MER	19
s. Mario e Marta 19.346		
6 ^a sett.	GIO	20
ss. Sebastiano e Fabiano 20.345		
7 ^a sett.	VEN	21
s. Agnese 21.344		
8 ^a sett.	SAB	22
ss. Vincenzo e Gaudenzio 22.343		
9 ^a sett.	DOM	23
s. Emerenziana 23.342		
10 ^a sett.	LUN	24
s. Francesco di Sales 24.341		
11 ^a sett.	MAR	25
Conversione di s. Paolo 25.340		
12 ^a sett.	MER	26
ss. Tito e Timoteo 26.339		
13 ^a sett.	GIO	27
s. Angela Merici 27.338		
14 ^a sett.	VEN	28
s. Tommaso d'Aquino 28.337		
15 ^a sett.	SAB	29
s. Costanzo 29.336		
16 ^a sett.	DOM	30
s. Martina 30.335		
17 ^a sett.	LUN	31
s. Giovanni Bosco 31.334		

DICEMBRE 2021						
LUN	MAR	MER	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		

FEBBRAIO 2022						
LUN	MAR	MER	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						

 Giorno 1 ore 7,37 ore 14,48
 Luna 19° 7,37° 16,38°
 Sole 20° 7,32° 17,09°
 Nota: la data del capodanno del 2022
 (oppure nel calendario è indicata
 sempre con il capodanno)



FABBISOGNO GIORNALIERO DI VITAMINA D

Un terzo del fabbisogno giornaliero di vitamina D arriva direttamente dall'alimentazione: gli adulti fino a 50 anni ed i bambini dovrebbero assumere almeno 200 unità al giorno, mentre con il passare dell'età, dai 51 ai 70 anni si passa a 400 unità giornaliere e 600 per chi ha più di 70 anni. Diminuire o sovraccaricare questo dosaggio porta, in tutti i casi, ad un malfunzionamento di alcuni organi, insieme ad una cattiva calcificazione delle ossa.

Gli alimenti che la contengono

Non è semplice individuare i super alimenti con vitamina D al loro interno, ma per fortuna ci sono alcuni cibi che non dovrebbero mai mancare nella nostra dieta.

D'estate il sole ci aiuta a ricevere la giusta dose di vitamina D in modo naturale ma, in inverno, possiamo cercare nella spesa tutto il nostro fabbisogno quotidiano.

Gli alimenti ricchi di vitamina D sono il pesce (salmone, aringa, sgombrò, sardine), il fegato di suino, il latte, lo yogurt intero, il burro, l'olio di fegato di merluzzo e le uova. Le verdure con vitamina D non sono tantissime e per questo motivo bisogna consumare alimenti come i funghi, ad esempio, che ne sono al contrario molto ricchi.

I benefici dell'esposizione solare

La luce del sole aiuta a regolare le funzioni del nostro corpo e i ritmi del sonno. Risolve l'umore, aumenta il benessere e migliora il nostro stato generale di salute. Inoltre, la luce solare stimola il metabolismo e ha un effetto positivo sul nostro sistema circolatorio e su

quello immunitario, aumentando il livello di vitamina D attraverso l'assorbimento della pelle. Con tutti questi vantaggi, il sole è molto più di un puro piacere: è un fondamento per una vita sana.

Dicevamo che la vitamina D gioca un ruolo importante nel rafforzare il sistema immunitario: per produrla, il nostro corpo ha bisogno però della luce solare, perché la vitamina D è un proormone che si forma quando la nostra pelle viene a contatto con il sole. Sebbene la vitamina D sia anche contenuta in alcuni alimenti, lo è solo in minima parte, insignificante rispetto alla quantità prodotta dall'epidermide.

Per fare il pieno di vitamina D quanto bisogna stare al sole? Nelle stagioni calde bastano solo 20 minuti al giorno, sempre con la protezione solare, mentre d'inverno i tempi salgono. Grazie all'alta intensità del sole, in estate si forma sufficiente vitamina D: la carenza di vitamina D si verifica più spesso, infatti, in inverno.

Carenza di vitamina D

La carenza di vitamina D si può facilmente stabilire da un'analisi del sangue, ma ci sono alcuni tipici sintomi che possono aiutarci nella valutazione.



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



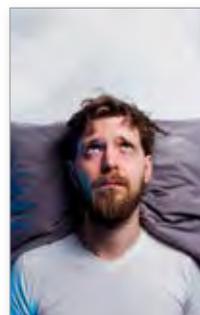
APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

C030

I CUCCIOLI

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x47 ►

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE



GAPRICORNO 22/12 - 20/01		JANUARY JANVIER	GENNAIO 2022	JANUAR ENERO	ACQUARIO 21/01 - 19/02
DIC 2021	1 SAB s. Maria Maddalena di Dio - Capodanno	17-01-2022	17 LUN s. Antonio Abate	17-01-2022	FEB 2022
2 Gio	2 DOM ss. Basilio e Gregorio	18-01-2022	18 MAR s. Lorenzo - s. Margherita	18-01-2022	1 Mar
3 Ven	3 LUN s. Gerolamo	19-01-2022	19 MER s. Marco e Maria	19-01-2022	2 Mer
4 Sab	4 MAR ss. Ermete e Carlo	20-01-2022	20 GIO ss. Sebastiano e Fabiano	20-01-2022	3 Gio
5 Dom	5 MER s. Amalia	21-01-2022	21 VEN s. Agnese	21-01-2022	4 Ven
6 Lun	6 GIO Epifania di N.S.	22-01-2022	22 SAB ss. Vincenzo e Gaetano	22-01-2022	5 Sab
7 Mar	7 VEN s. Raimondo di Peafort	23-01-2022	23 DOM s. Emerenziana	23-01-2022	6 Dom
8 Mer	8 SAB s. Massimo	24-01-2022	24 LUN s. Francesco di Sales	24-01-2022	7 Lun
9 Gio	9 DOM Battesimo di Gesù	25-01-2022	25 MAR Conversione di s. Paolo	25-01-2022	8 Mar
10 Ven	10 LUN s. Alessio	26-01-2022	26 MER ss. Tito e Timoteo	26-01-2022	9 Mer
11 Sab	11 MAR s. Spirito	27-01-2022	27 GIO s. Angela Merici	27-01-2022	10 Gio
12 Dom	12 MER s. Costantino	28-01-2022	28 VEN s. Tommaso d'Aquino	28-01-2022	11 Ven
13 Lun	13 GIO s. Spirito	29-01-2022	29 SAB s. Costantino	29-01-2022	12 Sab
14 Mar	14 VEN s. Felice	30-01-2022	30 DOM s. Martina	30-01-2022	13 Dom
15 Mer	15 SAB s. Marco	31-01-2022	31 LUN s. Giovanni Battista	31-01-2022	14 Lun
16 Gio	16 DOM s. Marcello				15 Mar
17 Ven					16 Mer
18 Sab					17 Gio
19 Dom					18 Ven
20 Lun					19 Sab
21 Mar					20 Dom
22 Mer					21 Lun
23 Gio					22 Mar
24 Ven					23 Mer
25 Sab					24 Gio
26 Dom					25 Ven
27 Lun					26 Sab
28 Mar					27 Dom
29 Mer					28 Lun
30 Gio					
31 Ven					

Giorno 1 ore 7,37 ore 16,48
10 - 7,37 - 16,58
20 - 7,30 - 17,09
Nota: la liturgia è fornita dai vari episcopati
calendario è riferiscono sempre all'ora solare

☀ L.M. Giorno 2 ore 19,33
☾ L.P. - 9 - 19,11
☽ U.Q. - 18 - 00,48
☼ U.Q. - 25 - 14,40

L'impresa di pubblicità, nel rispetto del regolamento fiscale, è a carico dell'IVA la risposta in pubblicità

🇮🇹 Prodotto in Italia

I CUCCIOLI

Barboncino Toy

Il **Barboncino toy**, o **Poodle toy**, è una delle varietà di barboncino più popolari, apprezzate ed amate al mondo. Dovete sapere che in totale la FCI riconosce quattro tipi di barboncino, suddivisi a seconda delle dimensioni. In questo articolo ci concentreremo sulla variante più piccola di questa razza, il Barboncino toy, un cagnetto in miniatura diciamo. Negli ultimi anni i toy sono divenuti molto popolari.

ORIGINI DEL BARBONCINO TOY

Il Barboncino è un discendente diretto del barbet, una razza di origine africana che arrivò alla penisola Iberica per essere poi incrociato con cani d'acqua portoghesi.

Successivamente le due razze vennero di nuovo tenute separate, grazie all'impegno degli allevatori, che volevano sviluppare una razza adatta alla caccia di uccelli acquatici. Tuttavia in origine condividono molte caratteristiche. Riguardo al nome, la parola francese 'caniche' proviene da 'cane', che sarebbe la femmina dell'anatra.

Questo nome gli venne dato per la tendenza di questa razza a stare volentieri in acqua sguazzando. Grazie al loro carattere, socievole, ed estremamente fedele e positivo, i barboncini smisero di essere utilizzati come cani da caccia per tramutarsi in animali da compagnia.



CARATTERISTICHE FISICHE

I Barboncini toy, ovviamente, sono cani di piccola taglia, la cui altezza non deve superare i 28 cm al garrese, ed il loro peso si trova tra i 2 ed i 2,5 kg e mezzo. Si tratta di una taglia veramente ridotta, per cui bisogna stare attenti ad eventuali segni di nanismo, poiché patologico. Il loro corpo è simmetrico e bilanciato con zampe forti e ben sviluppate, che terminano in un piede ovale e di piccola dimensione. La coda ha l'inserzione alta e si è mantenuta intatta nei barboncini a pelo a trecce ma non in quelli dal manto riccio. A questi ultimi infatti, in passato

veniva tagliata la coda fino a rimanere un terzo dell'originale. La testa ha linee simmetriche, e forma stretta e allungata, con gli zigomi pronunciati e degli occhi scuri espressivi e leggermente a mandorla. Le orecchie sono lunghe e di inserzione. A seconda del pelo esistono due tipi di Poodle toy: quelli con il pelo riccio e crespo, abbondante, folto ed uniforme, oppure quelli dal pelo a trecce o a ciuffi, che è più fine, morbido e lanoso, ugualmente abbondante. Il colore del manto dei Barboncini può essere marrone, nero, grigio, arancio, rossiccio o bianco, ma comunque sempre monocolore.

CARATTERE

I Barboncini toy, così come quelli di altre dimensioni, sono cani attenti, obbedienti ed intelligenti, un mix che li rende una razza decisamente facile da educare ed addestrare. Viene considerato uno tra i cani più intelligenti al mondo. A differenza di altre razze canine, il Barboncino necessita di poche ripetizioni per imparare un ordine, un esercizio o situazione ed è in grado di riprodurlo alla perfezione. Si tratta anche di una razza particolarmente socievole, che non si adatta bene a tutori poco presenti. È il cane ideale per famiglie con bambini, visto il suo carattere e la sua energia, e il compagno di giochi perfetto per i piccoli della casa. Inoltre si trovano bene anche con altri animali domestici e con le persone di età avanzata. La socializzazione del cucciolo infatti è fondamentale.



ORIGINE
EUROPA - FRANCIA

ALTEZZA
15-25 CM

PESO DA ADULTO
1-3 KG

ETÀ MEDIA
12-14 ANNI



ATTIVITÀ FISICA
INTENSA

CARATTERE
EQUILIBRATO

CLIMA IDEALE
MITE

CARATT. FISICHE
ESTILE



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

C050

CITTÀ ITALIANE

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x47 ►

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE



GENNAIO 2022

DIC 2021	JANUARY JANVIER	GENNAIO 2022	JANUAR ENERO	FEB 2022
1 Mer	1 SAB s. Maria Maddalena di Dio - Capodimonte	17 LUN s. Antonio Abate	27 SAB	1 Mar
2 Gio	2 DOM ss. Basilio e Gregorio	18 MAR s. Lorenzo - s. Margherita	28 DOM	2 Mer
3 Ven	3 LUN s. Gerolamo	19 MER s. Marco e Maria	29 LUN	3 Gio
4 Sab	4 MAR ss. Ermete e Cato	20 GIO ss. Sebastiano e Fabiano	30 MAR	4 Ven
5 Dom	5 MER s. Amelia	21 VEN s. Agnese	31 APR	5 Sab
6 Lun	6 GIO Epifania di N.S.	22 SAB ss. Vincenzo e Gaetano		6 Dom
7 Mar	7 VEN s. Raimondo di Peafort	23 DOM s. Emerenziana		7 Lun
8 Mer	8 SAB s. Massimo	24 LUN s. Francesco di Sales		8 Mar
9 Gio	9 DOM Battesimo di Gesù	25 MAR Conversione di s. Paolo		9 Mer
10 Ven	10 LUN s. Alessio	26 MER ss. Tito e Timoteo		10 Gio
11 Sab	11 MAR s. Spirito	27 GIO s. Angela Merici		11 Ven
12 Dom	12 MER s. Costantino	28 VEN s. Tommaso d'Aquino		12 Sab
13 Lun	13 GIO s. Spirito	29 SAB s. Costantino		13 Dom
14 Mar	14 VEN s. Felice	30 DOM s. Maria		14 Lun
15 Mer	15 SAB s. Marco	31 LUN s. Giovanni Battista		15 Mar
16 Gio	16 DOM s. Marcello			16 Mer

Giorno 1 ore 7,37 ore 16,48
10 - 7,37 - 16,58
20 - 7,30 - 17,09
Nota: la liturgia è l'orario dei voli riportati nel calendario si riferiscono sempre all'ora solare

L'ipotesi di pubblicazione, nel rispetto del regolamento fiscale, è a carico di chi lo acquista in pubblica vendita. 

CITTÀ ITALIANE

Quartieri Spagnoli Cenni storici



Origine,
storia e
cosa sapere
sulla zona



Gli animati Quartieri Spagnoli di Napoli si trovano in una zona davvero caratteristica della città, fiancheggiata da via Toledo. Si tratta di una strada parzialmente pedonale ricca di negozi di moda tradizionali e di stilisti. Nelle vicinanze ci sono trattorie e bancarelle che vendono pizza frita, oltre a numerose chiese come la cinquecentesca Santa Maria della Mercede a Montecalvario. L'area ospita anche l'ingresso a Napoli Sotterranea, una rete di tunnel e catacombe. Vediamo quali sono le informazioni necessarie da sapere per una visita in questa parte del capoluogo partenopeo. I quartieri sorgono intorno al XVI secolo al fine di accogliere le guarnigioni militari spagnole destinate alla repressione di eventuali rivolte della popolazione napoletana. Ma sorsero anche come dimora temporanea per coloro che passavano da Napoli in direzione di altri luoghi di conflitto.

La zona offre anche diversi spunti della cultura popolare e dello stile di vita napoletano, come, per esempio, la presenza di piccole botteghe artigianali, oppure dei "bassi napoletani", o, ancora, di piccoli e bui vicoli caratterizzati da alte scalinate e dai panni stesi ad asciugare tra i palazzi. In realtà negli ultimi anni si è cercato di fare molto per rendere la zona più sicura e rivalutare i tanti gioielli architettonici nascosti in quartieri di solito non molto frequentati dai turisti. I Quartieri Spagnoli potranno riservare piacevoli scoperte. Infatti, lontani dai soliti giri turistici si potrà scoprire la Napoli autentica, quella fatta di un vociferare che rende vive le strade, di panni appesi ad asciugarsi che fanno tanto colore in quei vicoli dove il sole non arriva, talmente che sono stretti. Sono diverse le "porte" che permettono l'ingresso ai Quartieri Spagnoli, dalle diverse zone della città.

STREET FOOD

Dalla pizza al babà:
ecco le specialità da
assaporare passeggiando

Da brava città mediterranea Napoli ed i napoletani passano ancora gran parte della loro giornata all'aperto. Per spostarsi da un luogo all'altro, per lavorare o semplicemente per piacere. Per secoli il porto ha dato molto lavoro ai partenopei; ad oggi, si aggiunge una fortissima presenza turistica che registra in molti periodi dell'anno il sold out. La città è viva, vissuta e calpestata ogni giorno da milioni di persone: milioni di bocche che, da qualche parte, dovranno sfamarsi. La formula prediletta è il cibo da strada, cioè quello servito direttamente da vetrine, negozietti, anfratti adibiti con pochissima cucina, calderone per frittura, un frigo con le bevande ed una minuscola cassa per battere scontrini davvero da pochi euro. Il costo dello street food a Napoli è irrisorio, similmente a quello delle altre città: si parte da 1 euro per una pizza a portafoglio o un dolce tipico, fino ad arrivare a massimo 6-7 euro per i cuoppi di frittura più pieni ed elaborati. Lo street food napoletano ha radici così forti nel proprio popolo che l'abbiamo portato ovunque: emigranti come siamo, abbiamo reso la pizza l'alimento più globalizzante del mondo.



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

C055

CITTÀ DEL MONDO

Mensile Illustrato 12 fogli

Carta Patinata

Stampa 4 colori fronte/retro

Festività Internazionali

Testata Termosaldata

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x47 ▶

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE




CAPRICORNO
22/12 - 20/01

**JANUARY
JANVIER**

GENNAIO 2022

**JANUAR
ENERO**


ACQUARIO
21/01 - 19/02

DIC 2021	1 SAB s. Maria Maddalena di Dio - Capodanno	2 DOM ss. Basilio e Gregorio	3 LUN s. Gerolamo	4 MAR ss. Ermete e Celo	5 MER s. Amelia	6 GIO Epifania di N.S.	7 VEN s. Ramondo di Portofino	8 SAB s. Massimo	9 DOM Battesimo di Gesù	10 LUN s. Alessio	11 MAR s. Ippolito	12 MER s. Costantino	13 GIO s. Ippolito	14 VEN s. Felice	15 SAB s. Marco	16 DOM s. Marcello	17 LUN s. Antonio Abate	18 MAR s. Liborio - s. Margherita	19 MER s. Marco e Maria	20 GIO ss. Sebastiano e Fabiano	21 VEN s. Agnese	22 SAB ss. Vincenzo e Gaetano	23 DOM s. Emerenziana	24 LUN s. Francesco di Sales	25 MAR Confezione di s. Paolo	26 MER ss. Tito e Timoteo	27 GIO s. Angela Merici	28 VEN s. Tommaso d'Aquino	29 SAB s. Costantino	30 DOM s. Martina	31 LUN s. Giovanni Battista	FEB 2022																										
1 Mer	2 Gio	3 Ven	4 Sab	5 Dom	6 Lun	7 Mar	8 Mer	9 Gio	10 Ven	11 Sab	12 Dom	13 Lun	14 Mar	15 Mer	16 Gio	17 Ven	18 Sab	19 Dom	20 Lun	21 Mar	22 Mer	23 Gio	24 Ven	25 Sab	26 Dom	27 Lun	28 Mar	29 Mer	30 Gio	31 Ven	1 Mar	2 Mer	3 Gio	4 Ven	5 Sab	6 Dom	7 Lun	8 Mar	9 Mer	10 Gio	11 Ven	12 Sab	13 Dom	14 Lun	15 Mar	16 Mer	17 Gio	18 Ven	19 Sab	20 Dom	21 Lun	22 Mar	23 Mer	24 Gio	25 Ven	26 Sab	27 Dom	28 Lun

Giorno 1 ore 7,37 ore 16,46
 10 - 7,37 - 16,56
 20 - 7,30 - 17,09
 Nota: la liturgia è fornita dai suoi responsabili
 calendario si riferiscono sempre all'ora solare
 L.M. Giorno 2 ore 19,33
 10 - 9 - 19,11
 L.P. 18 - 00,48
 U.Q. 25 - 14,40

CITTÀ DEL MONDO



COSE DA NON PERDERE

INIZIA LA GIORNATA SUGLI CHAMPS-ÉLYSÉES

Fai una passeggiata su quello che è considerato il "più bel viale del mondo". Lungo circa 2 km tra piazza Charles de Gaulle e Place de la Concorde, l'Avenue des Champs-Élysées è una via simbolo di Parigi, nota per gli eleganti bar e ristoranti, le boutique di lusso, i negozi delle grandi firme e i teatri. Sali in cima all'Arco di Trionfo in piazza Charles de Gaulle per ammirare lo splendido viale alberato e la Voie Triomphale (Via Trionfale). Le strade formano una linea retta tra l'Arco di Trionfo del Carroussel, l'obelisco di Place de la Concorde e il Grande Arco de La Défense.

FAI UNA PASSEGGIATA A MONTMARTRE

Montmartre è uno dei quartieri più pittoreschi di Parigi: un luogo caratteristico, come un paesino immerso in una grande città. Sorge sulla cima di una collina, al cui centro troneggia la magnifica Basilica del Sacro Cuore. Famoso per la sua anima artistica che attrae ancora oggi pittori, musicisti e scrittori, Montmartre è molto frequentata anche di sera. Nel quartiere ci sono infatti numerose discoteche, locali con musica dal vivo, e a sudovest ai piedi della collina, il famosissimo cabaret Moulin Rouge.

COSA GUSTARE:

Macarons

fragranti e **saporiti** dolci composti da due gusci, simili a **croccanti meringhe**, farciti con **squisite ganache** e **confetture**.



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

C060

PAPA FRANCESCO

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x47 ►

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

-28-



CAPRICORNO 22/12 - 20/01		JANUARY JANVIER	GENNAIO 2022	JANUAR ENERO	ACQUARIO 21/01 - 19/02
DIC 2021	1 SAB s. Maria Maddalena - Capodanno	2 DOM ss. Basilio e Gregorio	3 LUN s. Genoveffa	4 MAR ss. Ermete e Cajo	5 MER s. Amalia
1 Mer	6 GIO Epifania di N.S.	7 VEN s. Ramondo di Perpetuo	8 SAB s. Massimo	9 DOM Battesimo di Gesù	10 LUN s. Aldo
2 Gio	11 MAR s. Ignazio	12 MER s. Costantino	13 GIO s. Ippolito	14 VEN s. Felice	15 SAB s. Marcello
3 Ven	16 DOM s. Marco	17 LUN s. Francesco d'Assisi	18 MAR s. Liberto - s. Margherita	19 MER s. Marco e Maria	20 GIO ss. Sebastiano e Fabiano
4 Sab		21 VEN s. Agnese	22 SAB ss. Vincenzo e Gaudentio	23 DOM s. Emerenziana	24 LUN s. Francesco di Sales
5 Dom		25 MAR Conversione di s. Paolo	26 MER ss. Tito e Timoteo	27 GIO s. Angela Merici	28 VEN s. Tommaso d'Aquino
6 Lun		29 SAB s. Costantino	30 DOM s. Maurizio	31 LUN s. Giovanni Battista	
7 Mar					
8 Mer					
9 Gio					
10 Ven					
11 Sab					
12 Dom					
13 Lun					
14 Mar					
15 Mer					
16 Gio					
17 Ven					
18 Sab					
19 Dom					
20 Lun					
21 Mar					
22 Mer					
23 Gio					
24 Ven					
25 Sab					
26 Dom					
27 Lun					
28 Mar					
29 Mer					
30 Gio					
31 Ven					

Giorni: 1 ore 7,37 ore 16,48
 - 10 - 7,37 - 16,58
 - 20 - 7,30 - 17,09
 Nota: la liturgia è troncata nei suoi rapporti nel calendario e ricalcano sempre all'ora solare

☀ L.M. Giorno 2 ore 19,33
 ☾ P.M. - 9 - 19,11
 ☽ L.P. - 18 - 00,48
 ☼ U.Q. - 25 - 14,40

L'impresa di pubblica, nel rispetto del regolamento fiscale, è a carico di chi lo risponde in pubblica. 

PAPA FRANCESCO



Cupe nuvole coprono il cielo di Roma e scaricano pioggia. Prima della benedizione Urbi et Orbi, con la possibilità data a tutti di ricevere l'indulgenza plenaria, il Papa tiene una sua omelia dedicata alle difficoltà del momento presente. È la prima volta che piazza San Pietro è del tutto deserta in presenza del Papa; soltanto pochi fedeli sono presenti in piedi appena prima di via della Conciliazione, in piazza Pio XII. "Ci siamo ritrovati impauriti e smarriti", dice il Papa. E ancora, "tutti fragili e disorientati, ma nello stesso tempo importanti e necessari, tutti chiamati a remare insieme, tutti bisognosi di confortarci a vicenda". Tutti come i discepoli ripetiamo che "siamo perduti". Anche noi "ci siamo accorti che non possiamo andare avanti ciascuno per conto suo, ma solo insieme".

Francesco ricorda la mancanza di fede dei discepoli nel pieno della tempesta, ma anche la fiducia in Gesù. La tempesta smaschera la vulnerabilità e "lascia scoperte quelle false e superflue sicurezze con cui abbiamo costruito le nostre agende, i nostri progetti, le nostre abitudini e priorità". La tempesta "pone allo scoperto tutti i propositi di "imballare" e dimenticare ciò che ha nutrito l'anima dei nostri popoli; tutti quei tentativi di anestetizzare con abitudini apparentemente "salvatrici", incapaci di fare appello alle nostre radici e di evocare la memoria dei nostri anziani, privandoci così dell'immunità necessaria per far fronte all'avversità". Con la tempesta, ancora, "è caduto il trucco di quegli stereotipi con cui mascheravamo i nostri 'ego' sempre preoccupati della propria immagine; ed è rimasta scoperta, ancora una volta, quella (benedetta) appartenenza comune alla quale non possiamo sottrarci: l'appartenenza come fratelli".



ILLUSTRATO 12 FOGLI



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

C070

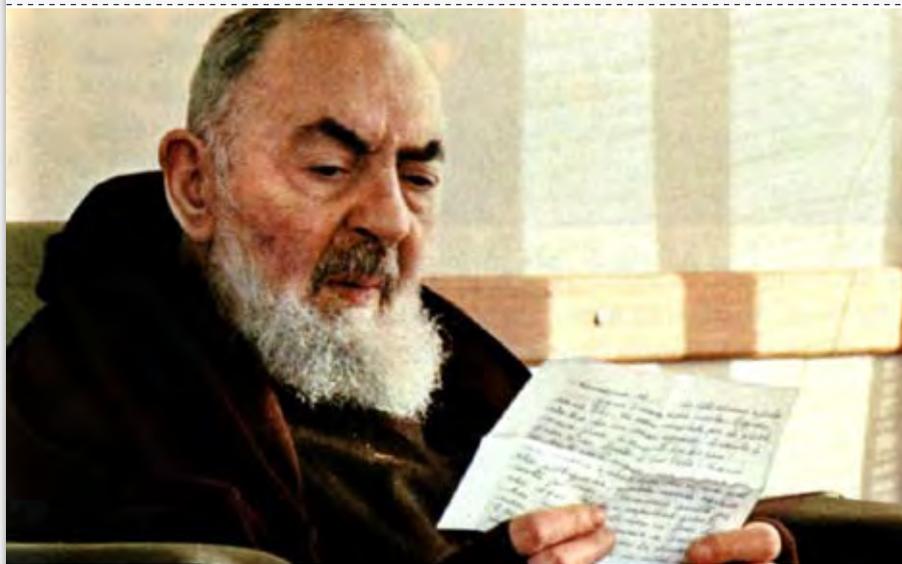
SAN PIO

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100



f.to 28,8x47 ►

CAPRICORNO 22/12 - 20/01		JANUARY JANVIER	GENNAIO 2022	JANUAR ENERO	ACQUARIO 21/01 - 19/02
DIC 2021	1 SAB s. Maria Maddalena di Dio - Capodanno	17 LUN s. Antonio Abate	23 DOM s. Emerenziana	29 SAB s. Costantino	FEB 2022
2 Gio	2 DOM ss. Basilio e Gregorio	18 MAR s. Liberato - s. Margherita	24 LUN s. Francesco di Sales	30 DOM s. Martina	1 Mar
3 Ven	3 LUN s. Gerolamo	19 MER s. Marco e Maria	25 MAR Concesore di s. Paolo	31 LUN s. Giovanni Battista	2 Mer
4 Sab	4 MAR ss. Ermete e Cato	20 GIO ss. Sebastiano e Fabiano	26 MER ss. Tito e Timoteo		3 Gio
5 Dom	5 MER s. Amalia	21 VEN s. Agnese	27 GIO s. Angela Merici		4 Ven
6 Lun	6 GIO Epifania di N.S.	22 SAB ss. Vincenzo e Gaetano	28 VEN s. Tommaso d'Aquino		5 Sab
7 Mar	7 VEN s. Ramondo di Portofino	23 DOM s. Emerenziana	29 SAB s. Marco		6 Dom
8 Mer	8 SAB s. Massimo	24 LUN s. Francesco di Sales	30 DOM s. Marco		7 Lun
9 Gio	9 DOM Battesimo di Gesù	25 MAR Concesore di s. Paolo	31 LUN s. Giovanni Battista		8 Mar
10 Ven	10 LUN s. Alessio	26 MER ss. Tito e Timoteo			9 Mer
11 Sab	11 MAR s. Ignazio	27 GIO s. Angela Merici			10 Gio
12 Dom	12 MER s. Costantino	28 VEN s. Tommaso d'Aquino			11 Ven
13 Lun	13 GIO s. Ilario	29 SAB s. Marco			12 Sab
14 Mar	14 VEN s. Felice	30 DOM s. Marco			13 Dom
15 Mer	15 SAB s. Marco	31 LUN s. Giovanni Battista			14 Lun
16 Gio	16 DOM s. Marcello				15 Mar
17 Ven					16 Mer
18 Sab					17 Gio
19 Dom					18 Ven
20 Lun					19 Sab
21 Mar					20 Dom
22 Mer					21 Lun
23 Gio					22 Mar
24 Ven					23 Mer
25 Sab					24 Gio
26 Dom					25 Ven
27 Lun					26 Sab
28 Mar					27 Dom
29 Mer					28 Lun
30 Gio					
31 Ven					

Giorni: 1 ore 7,37 ore 16,48
 10 - 7,37 - 16,58
 20 - 7,30 - 17,09
 Nota: la liturgia è fondata sul ciclo ripetitivo del calendario e ricalcola sempre all'ora solare

☀ L.M. Giorno 2 ore 19,33
 ☾ P.Q. - 9 - 19,11
 ☽ L.P. - 18 - 00,48
 ☼ U.Q. - 25 - 14,40

L'impresa di pubblicazione, nel rispetto del regolamento fiscale, è a carico di chi si espone in pubblicità.  Piccola Milano

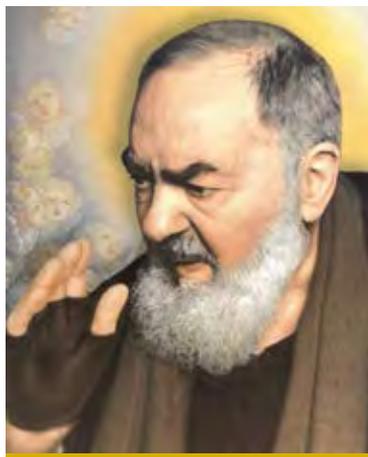
20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

SAN PIO

IL MIRACOLO CHE HA RESO SANTO PADRE PIO

Il 20 gennaio del 2000, come ogni mattina, Matteo Pio Collella, un bimbo di 7 anni che frequenta la seconda elementare, viene accompagnato a scuola. Quella mattina, però, la maestra si accorge subito che il piccolo non si sente affatto bene: sente brividi su tutto il corpo e ha la testa inclinata da un lato, così chiama la mamma per avvisare delle condizioni del piccolo. La diagnosi è tragica: meningite fulminante, con febbre a 40, tachicardia, ipoglicemia, carenza di piastrine, eccesso di bilirubina e creatinina. Il bimbo viene ricoverato nel reparto di Rianimazione II. Alla mattina del giorno successivo, il 21 gennaio, i medici registrano un'ulteriore peggioramento delle condizioni di Matteo, nonostante il trattamento intensivo: le sue funzioni vitali sono al limite, le pupille dilatate, il cuore batte 23 volte al minuto, non si registra più la pressione arteriosa. Dal punto di vista clinico sono collassati nove organi, il che significa mortalità al 100%. Mentre è in corso una vera e propria crociata di preghiere per ottenere l'aiuto di Padre Pio, verso le 11, sempre del 21 gennaio, contro ogni previsione medica, il bambino incomincia a migliorare. A partire dal 31 gennaio la ripresa generale è molto rapida: il 5 febbraio riacquista il respiro spontaneo e non risultano deficit motori di alcun genere; il 6 febbraio il bambino è completamente sveglio. Il 12 febbraio viene ricondotto nel reparto pediatrico e da allora si ha la certezza matematica, da parte di tutti, della

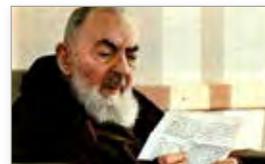


sua guarigione. Viene dimesso, del tutto guarito, il 26 febbraio 2000. La signora riferì di segni inequivocabili della vicinanza di San Pio, per esempio un intenso "dolcissimo e gioioso" profumo di rose e viole da lei avvertito. E il piccolo Matteo? Ricordava nulla di quelle ore di incoscienza? Per la medicina egli non doveva sentire, né vedere nulla, tantomeno ricordare qualcosa. Ma, interpellato subito dopo il suo risveglio, Matteo riferì invece un ricordo molto preciso e sconvolgente: "Durante il sonno io non ero solo. Ho visto un vecchio..."

Padre Pio, luce di Dio, prega Gesù e la Vergine Maria per me e per tutta l'umanità sofferente. Amen.



ILLUSTRATO 12 FOGLI



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

C080

CUCINA

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100



f.to 28,8x47 ►

20
22
12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

CAPRICORNO 22/12 - 20/01		JANUARY JANVIER	GENNAIO 2022	JANUAR ENERO	ACQUARIO 21/01 - 19/02
DIC 2021	1 SAB s. Maria Maddalena di Dio - Capodanno	17 LUN s. Innocenzo	18 MAR s. Liberata - s. Margherita	23 DOM s. Emerenziana	FEB 2022
2 Gio	2 DOM ss. Basilio e Gregorio	18 MAR s. Francesco	19 MER s. Maria e Marta	24 LUN s. Francesco di Sales	1 Mar
3 Ven	3 LUN s. Gerolamo	19 MER s. Agnese	20 GIO ss. Sebastiano e Fabiano	25 MAR Concezione di s. Paolo	2 Mer
4 Sab	4 MAR ss. Ermete e Carlo	20 GIO s. Agnese	21 VEN ss. Vincenzo e Gaetano	26 MER ss. Tito e Timoteo	3 Gio
5 Dom	5 MER s. Amelia	21 VEN s. Agnese	22 SAB ss. Vincenzo e Gaetano	27 GIO s. Angela Merici	4 Ven
6 Lun	6 GIO Epifania di N.S.	22 SAB ss. Vincenzo e Gaetano	23 DOM s. Emerenziana	28 VEN s. Tommaso d'Aquino	5 Sab
7 Mar	7 VEN s. Raimondo di Peafort	23 DOM s. Emerenziana	24 LUN s. Francesco di Sales	29 SAB s. Costantino	6 Dom
8 Mer	8 SAB s. Massimo	24 LUN s. Francesco di Sales	25 MAR Concezione di s. Paolo	30 DOM s. Martina	7 Lun
9 Gio	9 DOM Battesimo di Gesù	25 MAR Concezione di s. Paolo	26 MER ss. Tito e Timoteo	31 LUN s. Giovanni Battista	8 Mar
10 Ven	10 LUN s. Alessio	26 MER ss. Tito e Timoteo	27 GIO s. Angela Merici	9 Mer	
11 Sab	11 MAR s. Ignazio	27 GIO s. Angela Merici	28 VEN s. Tommaso d'Aquino	10 Gio	
12 Dom	12 MER s. Costantino	28 VEN s. Tommaso d'Aquino	29 SAB s. Costantino	11 Ven	
13 Lun	13 GIO s. Ignazio	29 SAB s. Costantino	30 DOM s. Martina	12 Sab	
14 Mar	14 VEN s. Felice	30 DOM s. Martina	31 LUN s. Giovanni Battista	13 Dom	
15 Mer	15 SAB s. Marcello	31 LUN s. Giovanni Battista	14 Lun	14 Lun	
16 Gio	16 DOM s. Marcello	15 Mar	15 Mar	15 Mar	
17 Ven		16 Gio	16 Gio	16 Mer	
18 Sab		17 Ven	17 Ven	17 Gio	
19 Dom		18 Mer	18 Mer	18 Ven	
20 Lun		19 Sab	19 Sab	19 Sab	
21 Mar		20 Dom	20 Dom	20 Dom	
22 Mer		21 Lun	21 Lun	21 Lun	
23 Gio		22 Mar	22 Mar	22 Mar	
24 Ven		23 Mer	23 Mer	23 Mer	
25 Sab		24 Gio	24 Gio	24 Gio	
26 Dom		25 Ven	25 Ven	25 Ven	
27 Lun		26 Sab	26 Sab	26 Sab	
28 Mar		27 Dom	27 Dom	27 Dom	
29 Mer		28 Lun	28 Lun	28 Lun	
30 Gio					
31 Ven					

Giorni: 1 ore 7,37 ore 16,48
 10 - 7,37 - 16,58
 20 - 7,30 - 17,09
 Nota: la liturgia è fornita nel calendario di riferimento sempre all'ora solare

☀️ L.M. Giorno ☽ ore 19,33
 ☾ ore 19,11
 ☾ L.P. - 18 - 00,48
 ☽ U.Q. - 25 - 14,40

L'ipotesi di pubblicazione, nel rispetto del regolamento fiscale, è a carico di chi lo richiede in pubblicazione.  Piccola Milano

CUCINA



Spaghetti alla carbonara



Vini consigliati

ROSSO

Bardolino SP 2015 - Albino Piona

Da un vitigno autoctono veneto, che meriterebbe di essere molto più famoso di quel che è, è un piccolo grande vino fruttato e succoso che vi sorprenderà.

ROSÉ

Cerasuolo d'Abruzzo Baldovino 2017 - Tenuta I Fauri

Da un'azienda familiare in conversione biologica, è uno dei vini rosati più convincenti d'Abruzzo, con un eccellente rapporto tra la qualità e il prezzo.

BIANCO

Soave Classico Le Battistelle 2016

Le Battistelle
Il sapore agrumato, sapido e di erbe officinali lo rendono davvero intrigante in abbinamento con la carbonara.



Ingredienti

- 350 gr. di spaghetti
- 4 uova - 130 gr. di guanciale
- 80 gr. di Pecorino Romano
- olio extravergine d'oliva
- pepe nero - sale

Preparazione

Tagliate a dadini il guanciale e poi fatelo rosolare in padella in un filo d'olio. Pepate. In una ciotola a parte sbattete le uova, quindi salate leggermente, poi unite il pecorino grattugiato. Cuocete intanto gli spaghetti in abbondante acqua salata, scolateli molto al dente e versateli nella padella con il guanciale. Aggiungete le uova sbattute, acqua di cottura della pasta e quindi cuocete amalgamando gli ingredienti e rendendo cremoso il fondo di cottura. Distribuite la pasta nei piatti e completatela con altro pepe e pecorino.

Consigli dello chef

Non va usato né aglio né cipolla: sono entrambi assolutamente banditi. Per quanto riguarda la carne, è obbligatorio usare il guanciale e non la pancetta. Il formaggio dovrà essere del buon Pecorino Romano. Scordatevi quindi Parmigiano Reggiano o altre varianti.



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

C100

FRUTTA&VERDURA

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100



f.to 28,8x47 ►

CAPRICORNO 22/12 - 20/01		JANUARY JANVIER	GENNAIO 2022	JANUAR ENERO	ACQUARIO 21/01 - 19/02
DIC 2021	1 SAB s. Maria Maddalena di Capoderno	17 LUN s. Antonio Abate	23 DOM s. Emerenziana	29 SAB s. Costanzo	FEB 2022
2 Gio	2 DOM ss. Basilio e Gregorio	18 MAR s. Liberata - s. Margherita	24 LUN s. Francesco di Sales	30 DOM s. Maria	1 Mar
3 Ven	3 LUN s. Gerolamo	19 MER s. Marco e Maria	25 MAR Concesore di s. Paolo	31 LUN s. Giovanni Battista	2 Mer
4 Sab	4 MAR ss. Ermete e Cato	20 GIO ss. Sebastiano e Fabiano	26 MER ss. Tito e Timoteo		3 Gio
5 Dom	5 MER s. Amelia	21 VEN s. Agnese	27 GIO s. Angela Merici		4 Ven
6 Lun	6 GIO Epifania di N.S.	22 SAB ss. Vincenzo e Gaetano	28 VEN s. Tommaso d'Aquino		5 Sab
7 Mar	7 VEN s. Ramondo di Perafiot	23 DOM s. Emerenziana	29 SAB s. Marco		6 Dom
8 Mer	8 SAB s. Massimo	24 LUN s. Francesco di Sales	30 DOM s. Marco		7 Lun
9 Gio	9 DOM Battesimo di Gesù	25 MAR Concesore di s. Paolo	31 LUN s. Giovanni Battista		8 Mar
10 Ven	10 LUN s. Aldo	26 MER ss. Tito e Timoteo			9 Mer
11 Sab	11 MAR s. Ippolito	27 GIO s. Angela Merici			10 Gio
12 Dom	12 MER s. Costantino	28 VEN s. Tommaso d'Aquino			11 Ven
13 Lun	13 GIO s. Ippolito	29 SAB s. Marco			12 Sab
14 Mar	14 VEN s. Felice	30 DOM s. Marco			13 Dom
15 Mer	15 SAB s. Marco	31 LUN s. Giovanni Battista			14 Lun
16 Gio	16 DOM s. Marcello				15 Mar
17 Ven					16 Mer
18 Sab					17 Gio
19 Dom					18 Ven
20 Lun					19 Sab
21 Mar					20 Dom
22 Mer					21 Lun
23 Gio					22 Mar
24 Ven					23 Mer
25 Sab					24 Gio
26 Dom					25 Ven
27 Lun					26 Sab
28 Mar					27 Dom
29 Mer					28 Lun
30 Gio					
31 Ven					

Giorni: 1 ore 7,37 ore 16,48
 - 10 - 7,37 - 16,58
 - 20 - 7,30 - 17,09
 Nota: la liturgia è fondata sui dati riportati nel calendario e riferiscono sempre all'ora solare

☀️ L.M. Giorno 2 ore 19,33
 ☾ L.P. - 9 - 19,11
 ☽ L.R. - 18 - 00,48
 ☼ U.Q. - 25 - 14,40

L'ipotesi di pubblicazione, nel rispetto del regolamento fiscale, è a carico dell'IVA in risposta in pubblicità.  Piccola Milano

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

FRUTTA&VERDURA

FRUTTA E VERDURA AI BAMBINI: UN PIENO DI SAPORE, SALUTE ED ENERGIA

Il rapporto bambini-frutta e verdura è da sempre molto difficile e mette a dura prova la pazienza degli adulti.

Ma va ricordato quanto questi alimenti siano fondamentali per un corretto sviluppo del bambino e per la prevenzione nel tempo di importanti patologie cardiovascolari e tumorali.

Ingeniamoci allora a trovare tutti i metodi per far accettare di buon grado questi preziosi alleati di salute nella dieta dei più piccoli. Se il buongiorno si vede dal mattino, è importante abituare i bimbi al gusto di frutta e verdura fin dalla tenera età. In linea di massima

(salvo diverso parere del pediatra) si può iniziare lo svezzamento tra i 4 ed i 6 mesi introducendo i primi tipi di frutta e verdura e proseguendo poi con gli altri. Secondo una ricerca dell'Università di Leicester, i bimbi abituati fin da piccoli al gusto di cibi salutarissimi da grandi consumano più degli altri quegli stessi cibi.

Una volta c'erano gli Spinaci di Braccio di Ferro, adesso ci sono i Funghi di Supermario Bros e le Carote di Bugs Bunny. Prendiamo il cartone animato preferito dai nostri bimbi e creiamo una storia

che prenda vita proprio nel nostro piatto ed abbia per protagonisti frutta e verdura! Lo ha fatto anche il Ministero della Salute, inventandosi Captain Kuk, il paladino della frutta e verdura!

Scatenate la fantasia dei vostri piccoli lasciando per una volta che giochino con il cibo! Compone con frutta e verdura direttamente nel piatto divertenti facce e altre immagini in perfetto stile Arcimboldo!

Divertitevi a preparare insieme ai vostri bambini tante ricette con la frutta e la verdura. Diventerà

un'esperienza di gioco e al tempo stesso educativa, perché maneggeranno e prenderanno conoscenza dei prodotti che fino a ieri rifiutavano anche solo di vedere nel loro piatto.

Inutile intestardirsi a tutti i costi se il bambino rifiuta certi tipi di frutta e verdura. Non serve arrabbiarsi, insistere, ricattarlo o al contrario offrirgli ricompense purché mangi. Armatevi di costanza e pazienza e di quando in quando riproponetegli nel piatto quelle pietanze... "chi la dura la vince"!



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

C110

LUNARIO

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x47 ▶

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE



CAPRICORNO
22/12 - 20/01

GENNAIO 2022



ACQUARIO
21/01 - 19/02

1	SAB	52 ^a sett.
Maria Madre di Dio - Capodanno 1.364		
2	DOM	1 ^a sett.
ss. Basilio e Gregorio 2.363		
3	LUN	2 ^a sett.
s. Genoveffa 3.362		
4	MAR	3 ^a sett.
ss. Ermete e Caio 4.361		
5	MER	4 ^a sett.
s. Arnelia 5.360		
6	GIO	5 ^a sett.
Epifania di N.S. 6.359		
7	VEN	6 ^a sett.
s. Raimondo di Peñafort 7.358		
8	SAB	7 ^a sett.
s. Massimo 8.357		
9	DOM	8 ^a sett.
Battesimo di Gesù 9.356		
10	LUN	9 ^a sett.
s. Aldo 10.355		
11	MAR	10 ^a sett.
s. Iginio 11.354		
12	MER	11 ^a sett.
s. Cesira 12.353		
13	GIO	12 ^a sett.
s. Ilario 13.352		
14	VEN	13 ^a sett.
s. Felice 14.351		
15	SAB	14 ^a sett.
s. Mauro 15.350		
16	DOM	15 ^a sett.
s. Marcello 16.349		



SEMINA DI GENNAIO

Innanzitutto bisogna fare le semine principalmente in contenitori ad alveoli che stanno in ambienti a letto caldo, al massimo protetti da un tunnel non riscaldato. I semi vanno posti in terriccio soffice, sciolto e sterile. In questo mese si possono mettere le prime piantine in semenzaio riscaldato: si possono preparare peperoncini, pomodori o melanzane. Dove il clima è più mite, gli ortaggi da seminare a gennaio direttamente a dimora sono carote, rapanelli o insalata da taglio, avendo cura di proteggerli sotto tunnel o coprendoli con tessuto non tessuto. **Semina in pieno campo:** aglio, cipolla, scalogno, piselli, fave, carciofi.

17	LUN	16 ^a sett.
s. Antonio abate 17.348		
18	MAR	17 ^a sett.
s. Liberata - s. Margherita 18.347		
19	MER	18 ^a sett.
s. Mario e Marta 19.346		
20	GIO	19 ^a sett.
ss. Sebastiano e Fabiano 20.345		
21	VEN	20 ^a sett.
s. Agnese 21.344		
22	SAB	21 ^a sett.
ss. Vincenzo e Gaudenzio 22.343		
23	DOM	22 ^a sett.
s. Emerenziana 23.342		
24	LUN	23 ^a sett.
s. Francesco di Sales 24.341		
25	MAR	24 ^a sett.
Conversione di s. Paolo 25.340		
26	MER	25 ^a sett.
ss. Tito e Timoteo 26.339		
27	GIO	26 ^a sett.
s. Angela Merici 27.338		
28	VEN	27 ^a sett.
s. Tommaso d'Arquino 28.337		
29	SAB	28 ^a sett.
s. Costanzo 29.336		
30	DOM	29 ^a sett.
s. Martina 30.335		
31	LUN	30 ^a sett.
s. Giovanni Bosco 31.334		

DICEMBRE 2021						
LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
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 2022						
LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

 Giorno: 1 ore 7.27 ore 16.49
 Luna: 10 - 7.27 - 16.58
 Nota: la notte di Epifania del calendario nel calendario si riferiscono sempre alla notte.

L'impegno di pubblicità, nel rispetto del regolamento locale, è a carico di chi lo espone in pubblico.  Printed in Italy

LUNARIO



LA VERDURA DI STAGIONE GENNAIO

Come verdure l'orto di Gennaio non è molto prodigo di raccolto, ci sono tuttavia una serie di ortaggi invernali che si possono cogliere durante questo mese. Parliamo dei cavoli, in particolare il cavolo nero e le verze, che quando subiscono una bella gelata restano più croccanti e gustosi, degli spinaci e dei finocchi. A Gennaio si trovano come vegetali stagionali anche i buonissimi carciofi e i cardì. Tra i tuberi si raccolgono topinambur e pastinaca. Oltre a questi ci sono una serie di verdure che hanno una buona resistenza al freddo e possono esser

coltivate sotto tunnel: lattuga da taglio, cicorie tra cui l'ottimo radicchio, carote e rapanelli. Se l'orto di Gennaio non è molto prodigo di varietà possiamo "tamponare" grazie alle molte verdure che si conservano bene in modo naturale. Ad esempio parliamo di patate, cipolle, zucca, aglio e scalogno. Questi ortaggi non vengono raccolti a Gennaio ma possiamo comunque annoverarli tra la verdura di stagione, visto che dopo esser stati colti nei mesi precedenti si mantengono bene in modo naturale.



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

C120

ECCELLENZE ITALIANE

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x47 ►

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE



CAPRICORNO 22/12 - 20/01		JANUARY JANVIER		GENNAIO 2022		JANUAR ENERO		ACQUARIO 21/01 - 19/02	
DIC 2021	1 Mer	1 SAB s. Maria Madre di Dio - Capodanno	1-034	17 LUN s. Antonio abate	17-048	FEB 2022	1 Mar	18 MAR s. Liberto - s. Margherita	18-047
2 Gio	2 DOM ss. Basilio e Gregorio	2-050	3 Gio	19 MER s. Mauro e Marta	19-046	2 Mer	19 MER s. Mauro e Marta	19-046	
3 Ven	3 LUN s. Giovanniella	3-050	4 Sab	20 GIO ss. Sebastiano e Fabiano	20-045	3 Gio	20 GIO ss. Sebastiano e Fabiano	20-045	
5 Dom	4 MAR s. Emidio e Gato	4-061	5 Lun	21 VEN s. Agnese	21-044	4 Ven	21 VEN s. Agnese	21-044	
6 Lun	5 MER s. Andrea	5-050	6 Mar	22 SAB ss. Vincenzo e Gaudentio	22-043	5 Sab	22 SAB ss. Vincenzo e Gaudentio	22-043	
7 Mar	6 GIO s. Epifanio di N.S.	6-050	8 Mar	23 DOM s. Emerenziana	23-042	6 Dom	23 DOM s. Emerenziana	23-042	
8 Mer	7 VEN s. Raimondo di Peñafort	7-050	9 Mer	24 LUN s. Francesco di Sales	24-041	7 Lun	24 LUN s. Francesco di Sales	24-041	
9 Gio	8 SAB s. Massimo	8-057	10 Gio	25 MAR Conversione di s. Paolo	25-040	8 Mar	25 MAR Conversione di s. Paolo	25-040	
10 Ven	9 DOM Battesimo di Gesù	9-050	11 Lun	26 MER ss. Tito e Timoteo	26-039	9 Mer	26 MER ss. Tito e Timoteo	26-039	
11 Sab	10 LUN s. Aldo	10-055	12 Mar	27 GIO s. Angela Merici	27-038	10 Gio	27 GIO s. Angela Merici	27-038	
12 Dom	11 MAR s. Igno	11-054	13 Sab	28 VEN s. Tommaso d'Aquino	28-037	11 Ven	28 VEN s. Tommaso d'Aquino	28-037	
13 Lun	12 MER s. Clelia	12-053	12 Sab	29 SAB s. Costanzo	29-036	12 Sab	29 SAB s. Costanzo	29-036	
14 Mar	13 GIO s. Ilario	13-052	13 Dom	30 DOM s. Martina	30-035	13 Dom	30 DOM s. Martina	30-035	
15 Mer	14 VEN s. Felice	14-051	14 Lun	31 LUN s. Giovanni Battista	31-034	14 Lun	31 LUN s. Giovanni Battista	31-034	
16 Gio	15 SAB s. Niccolò	15-050	15 Mar			15 Mar			
17 Ven	16 DOM s. Marcello	16-049	16 Mer			16 Mer			
18 Sab			17 Gio			17 Gio			
19 Dom			18 Ven			18 Ven			
20 Lun			19 Sab			19 Sab			
21 Mar			20 Dom			20 Dom			
22 Mer			21 Lun			21 Lun			
23 Gio			22 Mar			22 Mar			
24 Ven			23 Mer			23 Mer			
25 Sab			24 Gio			24 Gio			
26 Dom			25 Ven			25 Ven			
27 Lun			26 Sab			26 Sab			
28 Mar			27 Dom			27 Dom			
29 Mer			28 Lun			28 Lun			
30 Gio									
31 Ven									

Giorno 1 ore 7,37 ore 16,49
10 - 7,37 - 16,56
20 - 7,30 - 17,00
Nota: la festa del Ferragosto del calendario è riferita al calendario e il Ferragosto sempre all'ora solare.

☀ L.N. Giorno 2 ore 19,33
☀ P.Q. - 9 - 19,11
☀ L.P. - 18 - 00,48
☀ U.G. - 25 - 14,49

ECCELLENZE ITALIANE

Mozzarella Di Gioia Del Colle D.O.P.

Formaggio fresco a pasta filata immersa in liquido costituito da acqua, eventualmente acidulata e salata.



La presenza storica della mozzarella a Gioia del Colle è comprovata da numerose evidenze, tra cui un documentario prodotto dall'Istituto Luce a Gioia del Colle il 28 agosto 1950. Da altri documenti si evince che nei primi decenni del '900 -stale Clemente Milano, allevatore in agro di Gioia del Colle di vacche di razza Bruna Alpina, utilizzo per primo il latte che produceva per la preparazione di speciali latticini freschi che presero il nome di mozzarelle». Nel 1923 un articolo di Giovanni Carano Donitto cita «...le cosiddette mozzarelle di Gioia (del Colle) giungevano appetite, ricercate e ben pagate sul mercato di Roma e di Napoli oltre che di Bari, Taranto, Lecce, Foggia e di altre città minori».

CARATTERISTICHE

Il sapore è di latte delicatamente acidulo, con lieve retrogusto di fermentato/siero acido, più intenso nel formaggio appena prodotto; odore lattico, acidulo, con eventuali sfumature di burro. Si presenta con una superficie liscia o lievemente fibrosa, lucente, non viscida, né scagliata. L'aspetto esterno è di colore bianco, con eventuali sfumature stagionali di colore paglierino.

ABBINAMENTI

Si gusta in purezza, con il pane, oppure in insalata o accompagnata a verdure bollite. Ottimo come antipasto, utilizzando i formati più piccoli. Può essere condita con olio e pepe. Il processo di trasformazione prevede il solo uso di latte fresco e avviene usando la tradizionale procedura di pasta filata fresca con l'utilizzo di siero imnesto.

NOTE

La «Mozzarella di Gioia del Colle» si presenta nelle seguenti tre diverse forme: sferoidale, di nodo e di trecia. Il suo peso, secondo la forma e le dimensioni, varia dai 50 ai 1000 grammi.



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

C130

IL PANIFICIO

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100



f.to 28,8x47 ►

CAPRICORNO 22/12 - 20/01		JANUARY JANVIER		GENNAIO 2022		JANUAR ENERO		ACQUARIO 21/01 - 19/02	
DIC 2021	1 Mer	1 SAB s. Maria Maddalena di Dio - Capoderno	17 Lun	17 Lun	17 Lun	1 Mer	17 Lun	1 Mer	17 Lun
2 Gio	2 DOM ss. Basilio e Gregorio	18 Mar	18 Mar	18 Mar	2 Mer	2 Gio	2 DOM s. Emerenziana	2 Mer	2 Gio
3 Ven	3 Lun	19 Mer	19 Mer	19 Mer	3 Gio	3 Gio	3 DOM s. Francesco di Sales	3 Gio	3 Gio
4 Sab	4 Mar	20 Gio	20 Gio	20 Gio	4 Ven	4 Ven	4 DOM s. Agostino	4 Ven	4 Ven
5 Dom	5 Lun	21 Ven	21 Ven	21 Ven	5 Sab	5 Sab	5 DOM s. Agostino	5 Sab	5 Sab
6 Lun	6 Mar	22 Sab	22 Sab	22 Sab	6 Dom	6 Dom	6 DOM s. Agostino	6 Dom	6 Dom
7 Mar	7 Mer	23 Dom	23 Dom	23 Dom	7 Lun	7 Lun	7 DOM s. Agostino	7 Lun	7 Lun
8 Mer	8 Gio	24 Lun	24 Lun	24 Lun	8 Mar	8 Mar	8 DOM s. Agostino	8 Mar	8 Mar
9 Gio	9 Ven	25 Mar	25 Mar	25 Mar	9 Mer	9 Mer	9 DOM s. Agostino	9 Mer	9 Mer
10 Ven	10 Sab	26 Mer	26 Mer	26 Mer	10 Gio	10 Gio	10 DOM s. Agostino	10 Gio	10 Gio
11 Sab	11 Dom	27 Gio	27 Gio	27 Gio	11 Ven	11 Ven	11 DOM s. Agostino	11 Ven	11 Ven
12 Dom	12 Lun	28 Ven	28 Ven	28 Ven	12 Sab	12 Sab	12 DOM s. Agostino	12 Sab	12 Sab
13 Lun	13 Mar	29 Sab	29 Sab	29 Sab	13 Dom	13 Dom	13 DOM s. Agostino	13 Dom	13 Dom
14 Mar	14 Gio	30 Dom	30 Dom	30 Dom	14 Lun	14 Lun	14 DOM s. Agostino	14 Lun	14 Lun
15 Mer	15 Ven	31 Lun	31 Lun	31 Lun	15 Mar	15 Mar	15 DOM s. Agostino	15 Mar	15 Mar
16 Gio	16 Sab				16 Mer	16 Mer	16 DOM s. Agostino	16 Mer	16 Mer
17 Ven	17 Dom				17 Gio	17 Gio	17 DOM s. Agostino	17 Gio	17 Gio
18 Sab	18 Lun				18 Ven	18 Ven	18 DOM s. Agostino	18 Ven	18 Ven
19 Dom	19 Mar				19 Sab	19 Sab	19 DOM s. Agostino	19 Sab	19 Sab
20 Lun	20 Gio				20 Dom	20 Dom	20 DOM s. Agostino	20 Dom	20 Dom
21 Mar	21 Ven				21 Lun	21 Lun	21 DOM s. Agostino	21 Lun	21 Lun
22 Mer	22 Sab				22 Mar	22 Mar	22 DOM s. Agostino	22 Mar	22 Mar
23 Gio	23 Dom				23 Mer	23 Mer	23 DOM s. Agostino	23 Mer	23 Mer
24 Ven	24 Lun				24 Gio	24 Gio	24 DOM s. Agostino	24 Gio	24 Gio
25 Sab	25 Mar				25 Ven	25 Ven	25 DOM s. Agostino	25 Ven	25 Ven
26 Dom	26 Gio				26 Sab	26 Sab	26 DOM s. Agostino	26 Sab	26 Sab
27 Lun	27 Ven				27 Dom	27 Dom	27 DOM s. Agostino	27 Dom	27 Dom
28 Mar	28 Sab				28 Lun	28 Lun	28 DOM s. Agostino	28 Lun	28 Lun
29 Mer	29 Dom						29 DOM s. Agostino		
30 Gio	30 Lun						30 DOM s. Agostino		
31 Ven	31 Mar						31 DOM s. Agostino		

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

IL PANIFICIO

“Il lievito madre”



LA RICETTA

Il lievito madre si può preparare in casa con due soli ingredienti e molta pazienza.

Per preparare la pasta madre avete bisogno di 200 g di farina di tipo 0, 100 ml di acqua tiepida, un cucchiaino di malto. Mettete la farina in un recipiente aggiungendo l'acqua un po' per volta fino e lavorate fino ad ottenere un impasto molto morbido.

Mettete l'impasto in un barattolo di vetro leggermente infarinato. Incidete la superficie dell'impasto con un taglio a croce e coprite il contenitore con un panno umido e della pellicola trasparente. L'impasto va lasciato riposare per 48 ore a circa 25°, meglio se vicino ad un cesto di frutta matura. Dopo 48 ore l'impasto inizierà a gonfiarsi formando dei grandi alveoli.

Prendetene 100 g e aggiungete altri 100 g di farina e 100 ml d'acqua e lasciate riposare per altri 2 giorni. Continuate questa procedura, che si chiama di rinfresco, ogni giorno. Dopo tre, quattro giorni potrete già panificare. Se vi accorgete che il lievito è ancora "debole", sentitevi liberi di aggiungere una piccola parte di lievito di birra per aumentare la lievitazione. Ma dopo qualche rinfresco vedrete che la madre inizierà a fare benissimo il suo lavoro.

I rinfreschi

Vuol dire fornire nuovi zuccheri semplici e complessi che servono a nutrire i lieviti favorendo così il processo di lievitazione. Basta aggiungere un peso di farina pari a quello dell'impasto che rinfreschiamo e la metà o lo stesso peso di acqua. Una volta impastato tutto si lascia riposare per 4 ore all'interno di un vasetto alto e stretto con il coperchio. Quando il volume sarà raddoppiato il lievito sarà pronto per l'utilizzo.

Ogni volta che rinfrescate il vostro lievito, dovete pulire il vasetto dai residui precedenti con sola acqua calda, mai con il sapone.

Incidete la superficie dell'impasto con un taglio a croce e coprite il contenitore con un panno umido e della pellicola.



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

C140

CARNE IN TAVOLA

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100



f.to 28,8x47 ►

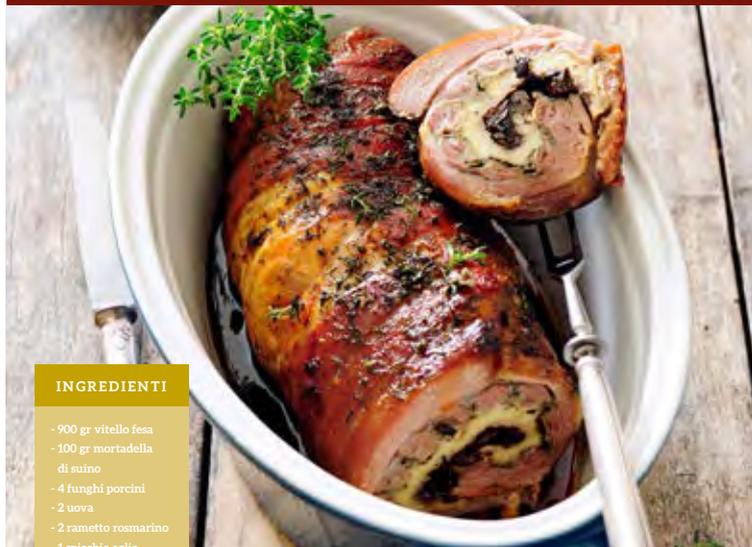
CAPRICORNO 22/12 - 20/01		JANUARY JANVIER	GENNAIO 2022	JANUAR ENERO	ACQUARIO 21/01 - 19/02
DIC 2021	1 SAB s. Maria Maddalena - Capodanno	17 LUN s. Lorenzo	18 MAR s. Lorenzo - s. Margherita	23 DOM s. Emerenziana	FEB 2022
2 Gio	2 DOM ss. Basilio e Gregorio	18 MAR s. Lorenzo - s. Margherita	19 MER s. Marco e Maria	24 LUN s. Francesco di Sales	1 Mer
3 Ven	3 LUN s. Gerolamo	19 MER s. Marco e Maria	20 GIO ss. Sebastiano e Fabiano	25 MAR Concezione di s. Paolo	2 Mer
4 Sab	4 MAR ss. Ermete e Cato	20 GIO ss. Sebastiano e Fabiano	21 VEN s. Agnese	26 MER ss. Tito e Timoteo	3 Gio
5 Dom	5 MER s. Amelia	21 VEN s. Agnese	22 SAB ss. Vincenzo e Gaetano	27 GIO s. Angela Merici	4 Ven
6 Lun	6 GIO Epifania di N.S.	22 SAB ss. Vincenzo e Gaetano	23 DOM s. Emerenziana	28 VEN s. Tommaso d'Aquino	5 Sab
7 Mar	7 VEN s. Ramondo di Portofino	23 DOM s. Emerenziana	24 LUN s. Francesco di Sales	29 SAB s. Costantino	6 Dom
8 Mer	8 SAB s. Massimo	24 LUN s. Francesco di Sales	25 MAR Concezione di s. Paolo	30 DOM s. Martina	7 Lun
9 Gio	9 DOM Battesimo di Gesù	25 MAR Concezione di s. Paolo	26 MER ss. Tito e Timoteo	31 LUN s. Giovanni Battista	8 Mar
10 Ven	10 LUN s. Alessio	26 MER ss. Tito e Timoteo	27 GIO s. Angela Merici	9 Mer	
11 Sab	11 MAR s. Spirito	27 GIO s. Angela Merici	28 VEN s. Tommaso d'Aquino	10 Gio	
12 Dom	12 MER s. Costantino	28 VEN s. Tommaso d'Aquino	29 SAB s. Costantino	11 Ven	
13 Lun	13 GIO s. Spirito	29 SAB s. Costantino	30 DOM s. Martina	12 Sab	
14 Mar	14 VEN s. Felice	30 DOM s. Martina	31 LUN s. Giovanni Battista	13 Dom	
15 Mer	15 SAB s. Marco	31 LUN s. Giovanni Battista	14 Lun	14 Lun	
16 Gio	16 DOM s. Marcello	15 Mar	15 Mar	15 Mar	
17 Ven		16 Gio	16 Gio	16 Mer	
18 Sab		17 Ven	17 Ven	17 Gio	
19 Dom		18 Ven	18 Ven	18 Ven	
20 Lun		19 Sab	19 Sab	19 Sab	
21 Mar		20 Dom	20 Dom	20 Dom	
22 Mer		21 Lun	21 Lun	21 Lun	
23 Gio		22 Mar	22 Mar	22 Mar	
24 Ven		23 Mer	23 Mer	23 Mer	
25 Sab		24 Gio	24 Gio	24 Gio	
26 Dom		25 Ven	25 Ven	25 Ven	
27 Lun		26 Sab	26 Sab	26 Sab	
28 Mar		27 Dom	27 Dom	27 Dom	
29 Mer		28 Lun	28 Lun	28 Lun	
30 Gio					
31 Ven					

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

CARNE IN TAVOLA

ARROSTO DI VITELLO RIPIENO



INGREDIENTI

- 900 gr vitello fesa
- 100 gr mortadella di suino
- 4 funghi porcini
- 2 uova
- 2 rametti rosmarino
- 1 spicchio aglio
- 1 cucchiato di parmigiano
- 7 cucchiari di olio evo
- 1 dl vino bianco
- sale q. b.
- pepe q. b.

PREPARAZIONE

Sbattete le uova in una ciotola con il formaggio, un rametto di rosmarino sminuzzato, sale e pepe; versate il composto in una padella unita d'olio, preparate una frittata sottile e lasciatela raffreddare. Pulite i funghi freschi e saltateli interi per 3 minuti in una padella con 2 cucchiari d'olio e aglio (nel caso non ne abbiate a disposizione potete usare anche quelli congelati). Stendete la fetta di vitello sul piano di lavoro e mettetevi sopra la mortadella, la frittata e al centro i funghi. Arrotolate la carne su se stessa e legatela con spago da cucina. Rosolate l'arrosto da ogni parte in una casseruola, che possa andare anche in forno, con 4 cucchiari d'olio; salate, pepate e unite il restante rosmarino e, a piacere, altri odori. Versate il vino bianco sulla carne e passate l'arrosto ripieno in forno a 180° C per 40 minuti circa, girando e bagnando spesso il rollé con il sugo di cottura. Servite l'arrosto di vitello ripieno a fette spesse.



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

C150

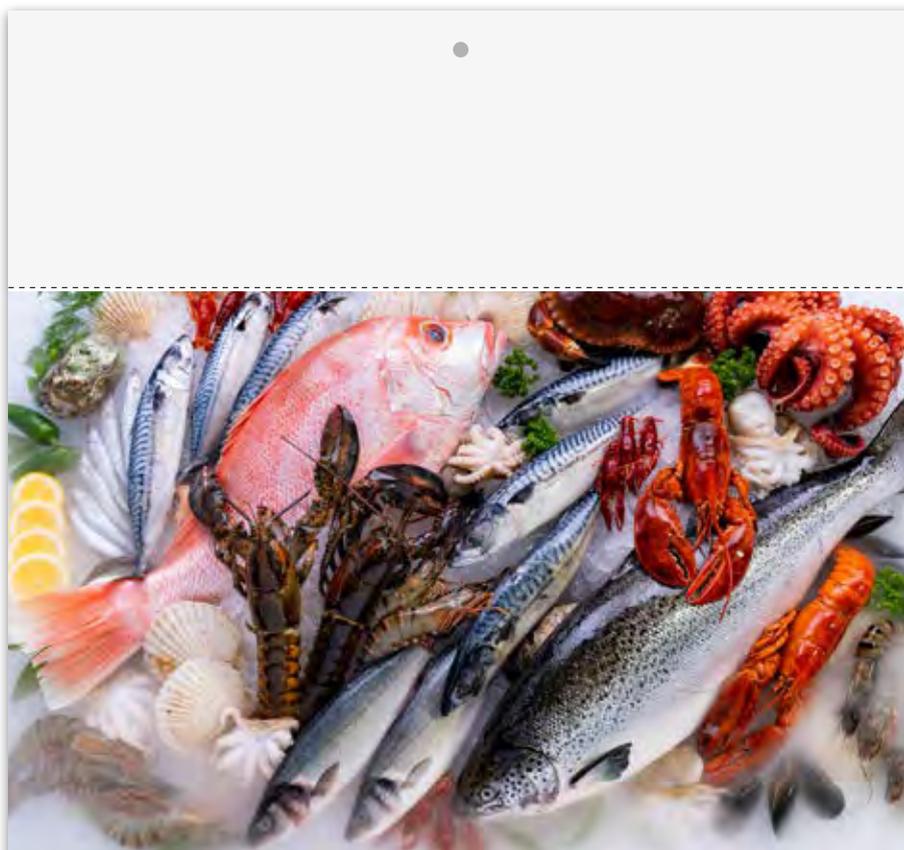
SAPORI DEL MARE

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100



f.to 28,8x47 ►

 JANUARY JANVIER		GENNAIO 2022		JANUAR ENERO			
DIC 2021	1 SAB Marta, Madre di Dio - Capodanno	02° aut.	17 LUN s. Innocenzo	17° aut.	2° aut.	FEB 2022	1 Mar
2 Gio	2 DOM ss. Basilio e Gregorio	03° aut.	18 MAR s. Lorenzo - s. Margherita	18° aut.	3° aut.	2 Mer	
3 Ven	3 LUN s. Gerolamo	03° aut.	19 MER s. Marco e Maria	19° aut.	4° aut.	3 Gio	
4 Sab	4 MAR ss. Ermete e Cato	04° aut.	20 GIO ss. Sebastiano e Fabiano	20° aut.	5° aut.	4 Ven	
5 Dom	5 MER s. Amelia	05° aut.	21 VEN s. Agnese	21° aut.	6° aut.	5 Sab	
6 Lun	6 GIO Epifania di N.S.	06° aut.	22 SAB ss. Vincenzo e Gaetano	22° aut.	7° aut.	6 Dom	
7 Mar	7 VEN s. Raimondo di Peafort	07° aut.	23 DOM s. Emerenziana	23° aut.	8° aut.	7 Lun	
8 Mer	8 SAB s. Massimo	08° aut.	24 LUN s. Francesco di Sales	24° aut.	9° aut.	8 Mar	
9 Gio	9 DOM Battesimo di Gesù	09° aut.	25 MAR Conversione di s. Paolo	25° aut.	10° aut.	9 Mer	
10 Ven	10 LUN s. Aless.	10° aut.	26 MER ss. Tito e Timoteo	26° aut.	11° aut.	10 Gio	
11 Sab	11 MAR s. Ippol.	11° aut.	27 GIO s. Angela Merici	27° aut.	12° aut.	11 Ven	
12 Dom	12 MER s. Cleof.	12° aut.	28 VEN s. Tommaso d'Aquino	28° aut.	13° aut.	12 Sab	
13 Lun	13 GIO s. Ippol.	13° aut.	29 SAB s. Costantino	29° aut.	14° aut.	13 Dom	
14 Mar	14 VEN s. Felice	14° aut.	30 DOM s. Martina	30° aut.	15° aut.	14 Lun	
15 Mer	15 SAB s. Marco	15° aut.	31 LUN s. Giovanni Battista	31° aut.	16° aut.	15 Mar	
16 Gio	16 DOM s. Marcello	16° aut.	Giorni: 1 ore 7,37 ore 16,48 - 10 - 7,37 - 16,58 - 20 - 7,30 - 17,09 Nota: la liturgia è fondata sui dati riportati nel calendario e riferiscono sempre all'ora solare	  L.M. Giorno 2 ore 19,33 P.M. - 9 - 19,11 L.P. - 18 - 00,48 U.Q. - 25 - 14,40	16 Mer		
17 Ven						17 Gio	
18 Sab						18 Ven	
19 Dom						19 Sab	
20 Lun						20 Dom	
21 Mar						21 Lun	
22 Gio						22 Mar	
23 Ven						23 Gio	
24 Sab						24 Ven	
25 Dom						25 Sab	
26 Lun						26 Dom	
27 Mar						27 Lun	
28 Gio						28 Mar	
29 Ven						29 Gio	
30 Sab						30 Ven	
31 Dom						31 Sab	

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

SAPORI DEL MARE

Fregola ai frutti di mare

Ingredienti:

- 300 gr. di fregola sarda
- 250 gr. di arselle o vongole
- 250 gr. di cozze
- 250 gr. di gamberi
- 3 seppie
- 3 calamari
- 250 gr. di pomodori pelati
- 2 bicchieri di vino bianco
- olio extravergine di oliva q.b.
- 1 mazzetto di prezzemolo
- 3 spicchi d'aglio
- peperoncino rosso q.b.
- sale q.b.

Preparazione

In due pentole separate, mettiamo le vongole e le cozze: a fuoco medio e chiudendo i tegami con i relativi coperchi, facciamole aprire. Dopodiché eliminiamo le eventuali vongole e cozze che non si sono aperte, setacciamo l'acqua di entrambe per eliminare eventuali granelli di sabbia e uniamole.

Versiamo abbondante olio extravergine d'oliva in padella, aggiungiamo uno spicchio d'aglio e facciamolo dorare alcuni minuti insieme al peperoncino.

Poi aggiungiamo le seppie e i calamari, dopo averli lavati e puliti e affettati. Aggiungiamo un pizzico di sale, uniamo i gamberi e sfumiamo con un bicchiere di vino bianco.

Facciamo evaporare il vino per qualche minuto quindi aggiungiamo i pomodori pelati.

Facciamo cuocere il pesce per circa 10 minuti e uniamo alla fine le cozze e le vongole. Facciamole cuocere solo leggermente in modo che non si disidratino.

Mettiamo la fregola a cuocere in abbondante acqua salata per circa otto minuti, poi scollamola e, una volta pronta, versiamola nel tegame del pesce.

Mantechiamo per alcuni minuti in modo che assorba il sapore del pesce. Infine, facciamola riposare qualche minuto e serviamola agli ospiti a temperatura ambiente.

Vini consigliati

SAUVIGNON IL VINRÉ:

Profumato e aromatico, offre una struttura articolata e complessa, indice di sapiente e rispettosa vinificazione. Pur nella ricchezza dell'assaggio mantiene un delicato equilibrio, stupefacente in simbiosi con gli aromi di una ricetta della tradizione isolana.



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

C160

LA PIZZA

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x47 ►

20
22
12
MESI
PER
ESSERE
FELICE



CAPRICORNO 22/12 - 20/01		JANUARY JANVIER	GENNAIO 2022	JANUAR ENERO	ACQUARIO 21/01 - 19/02
DIC 2021	1 SAB s. Maria Maddalena di Dio - Capoderno	17 LUN s. Antonio Abate	23 DOM s. Emerenziana	29 SAB s. Costantino	FEB 2022
2 Gio	2 DOM ss. Basilio e Gregorio	18 MAR s. Liberto - s. Margherita	24 LUN s. Francesco di Sales	30 DOM s. Marco	1 Mar
3 Ven	3 LUN s. Gerolamo	19 MER s. Marco e Maria	25 MAR Concezione di s. Paolo	31 LUN s. Giovanni Battista	2 Mer
4 Sab	4 MAR ss. Ermete e Cato	20 GIO ss. Sebastiano e Fabiano	26 MER ss. Tito e Timoteo		3 Gio
5 Dom	5 MER s. Amelia	21 VEN s. Agnese	27 GIO s. Angela Merici		4 Ven
6 Lun	6 GIO Epifania di N.S.	22 SAB ss. Vincenzo e Gaetano	28 VEN s. Tommaso d'Aquino		5 Sab
7 Mar	7 VEN s. Ramondo di Perforat	23 DOM s. Emerenziana	29 SAB s. Ilario		6 Dom
8 Mer	8 SAB s. Massimo	24 LUN s. Francesco di Sales	30 DOM s. Marco		7 Lun
9 Gio	9 DOM Battesimo di Gesù	25 MAR Concezione di s. Paolo	31 LUN s. Giovanni Battista		8 Mar
10 Ven	10 LUN s. Aldo	26 MER ss. Tito e Timoteo			9 Mer
11 Sab	11 MAR s. Ippolito	27 GIO s. Angela Merici			10 Gio
12 Dom	12 MER s. Costantino	28 VEN s. Tommaso d'Aquino			11 Ven
13 Lun	13 GIO s. Ilario	29 SAB s. Ilario			12 Sab
14 Mar	14 VEN s. Felice	30 DOM s. Marco			13 Dom
15 Mer	15 SAB s. Marco				14 Lun
16 Gio	16 DOM s. Marcello				15 Mar
17 Ven					16 Mer
18 Sab					17 Gio
19 Dom					18 Ven
20 Lun					19 Sab
21 Mar					20 Dom
22 Mer					21 Lun
23 Gio					22 Mar
24 Ven					23 Mer
25 Sab					24 Gio
26 Dom					25 Ven
27 Lun					26 Sab
28 Mar					27 Dom
29 Mer					28 Lun
30 Gio					
31 Ven					

Giorno 1 ore 7,37 ore 16,48
10 - 7,37 - 16,58
20 - 7,30 - 17,09
Nota: la durata di lavoro dei soli ripetitivi
calendario si riferiscono sempre all'ora solare

☀ L.M. Giorno 2 ore 19,33
☀ P.M. - 9 - 19,11
☀ L.P. - 18 - 00,48
☀ U.Q. - 25 - 14,40

L'impresa di pubblica, nel rispetto del regolamento fiscale, è a carico di chi lo espone in pubblico.  Prodotto in Italia.

LA PIZZA

Storia della Pizza Napoletana



Simbolo dell'italianità, con pomodoro, mozzarella e basilico simboleggia anche i colori della bandiera italiana. Gli italiani sono famosi all'estero proprio per due cose: la pasta e la pizza.

Ma se proprio la volete assaggiare come comanda la tradizione allora dovete andare a Napoli. Lì tra i vicoli siete sicuri di assaporare il gusto originale della vera pizza che si scioglie in bocca, piegata in quattro, con pomodoro, poca mozzarella e basilico, la vera pizza detta a portafoglio. Quale siano le vere origini della pizza non è dato saperlo. Certamente essa nacque come focaccia al forno già all'epoca degli antichi greci e romani, semplicemente miscelando gli ingredienti base che sono: acqua, farina ed un pizzico di sale. Veniva poi cotta al forno ad alta temperatura e servita molto calda.

Faceva parte del classico cibo venduto per strada dai venditori ambulanti. Pian piano la ricetta della nostra focaccia inizia a diventare più ricca: essa non diventa solo cibo per strada ma anche cibo dei gran signori che non si accontentano solo di questo condimento. Infatti veniva arricchita con pezzetti di formaggio, in genere provolone piccante o caciocavallo e ingrediente immaneabile un po' di strutto sciolto per migliorare il sapore. La storia della pizza inizia ad evolvere con la scoperta dell'America e la diffusione del pomodoro in Italia. Da allora esso diventa ingrediente fondamentale per tantissime ricette.

Si evolve anche la ricetta della pizza vera e propria: acqua, farina, lievito (di birra o naturale) e sale. D'obbligo è poi la cottura in un forno a legna per assicurarne la morbidezza.



Allora a qualcuno venne un'idea per rendere la pizza ancora più appetitosa: perché non sperimentare anche il pomodoro sulla focaccia?

Nacque così la marinara, la pizza più antica condita con pomodoro, origano e aglio.

Esiste poi la vera storia della pizza **Margherita** che non possiamo tralasciare: Raffaele Esposito, il pizzaiolo dell'Ottocento napoletano più famoso, viene incaricato di far assaggiare alla **Regina Margherita** in visita a Napoli nel 1889 con suo marito il re Umberto I, proprio la pizza napoletana.

La leggenda racconta che egli, volendo fare bella figura, preparò tre tipi di condimenti: la classica focaccia con strutto, formaggio e basilico; la marinara con origano, aglio e pomodoro; e l'ultima variante con la mozzarella, il basilico fresco e il pomodoro per simboleggiare i colori della bandiera italiana.

Essa fu appunto chiamata pizza Margherita in onore della Regina che dimostrò gradirla parecchio. Ricordiamo che la pizza è diventata dal 4 febbraio 2010 Specialità tradizionale garantita dall'Unione Europea.



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

C170

DOLCI&PIACERI

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x47 ▶



GENNAIO 2022



1 SAB	830/0810	07/41
Maria Madre di Dio - Capodanno		
2 DOM		2/32
s. Basilio e Gregorio		
3 LUN		7/41
s. Genesio		
4 MAR		3/32
s. Emidio e Caio		
5 MER		4/31
s. Antonio		
6 GIO	082	5/30
Epifania di N.S.		
7 VEN		6/29
s. Raimondo di Peñafort		
8 SAB		7/28
s. Massimo		
9 DOM		8/27
Battesimo di Gesù		
10 LUN		9/26
s. Alessio		
11 MAR		10/25
s. Agostino		
12 MER		11/24
s. Costantino		
13 GIO		12/23
s. Eufemia		
14 VEN		13/22
s. Felice		
15 SAB		14/21
s. Mauro		
16 DOM		15/20
s. Marcello		
17 LUN		16/19
s. Antonio abate		
18 MAR		17/18
s. Liberata - s. Margherita		
19 MER		18/17
s. Maria e Marta		
20 GIO		19/16
s. Sebastiano e Fabiano		
21 VEN	08	20/15
s. Agnese		
22 SAB		21/14
s. Vincenzo e Gaudenzio		
23 DOM		22/13
s. Emerentiana		
24 LUN		23/12
s. Francesco di Sales		
25 MAR		24/11
Conversione di s. Paolo		
26 MER		25/10
s. Tito e Timoteo		
27 GIO		26/09
s. Angela Merici		
28 VEN		27/08
s. Tommaso d'Aquino		
29 SAB		28/07
s. Costanzo		
30 DOM		29/06
s. Marcellino		
31 LUN		30/05
s. Giovanni Bosco		

DICEMBRE 2021

LUN	MAR	MER	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		

FEBBRAIO 2022

LUN	MAR	MER	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			

IL SOLE E LA LUNA



Giorno 1 ora 7:27 ora 16:49
20 - 7:37 - 16:58
20 - 7:50 - 17:09
Nota: la data di tramonto del sole riportata nel calendario si riferiscono sempre all'ora solare.



© L.N. Giorno 2 ore 19:33
9 - 19:11
10 - 18:58
11 - 18:44
12 - 18:30
13 - 18:16
14 - 18:02

L'impaginazione è stata realizzata nel rispetto dell'ambiente. Il grafico è di proprietà di C170 e può essere riprodotto.

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

DOLCI&PIACERI

BENEFICI DEL CIOCCOLATO

Il cioccolato, tra i vari dolci, ha notevoli effetti positivi sulla tua salute.

Il cioccolato per definizione è la combinazione tra cacao e zucchero. Ovviamente i notevoli benefici del cioccolato sono dovuti al cacao contenuto all'interno. Più il cioccolato è fondente, più alta sarà la % di cacao contenuta all'interno e quindi maggiori saranno i benefici per la tua salute.

1) Effetto antiossidante

Il cacao è una fonte enorme di flavonoidi, famosi antiossidanti presenti anche in altre sostanze naturali come il the, il caffè o il vino rosso.

Più il cioccolato è fondente, più è alta la % di flavonoidi contenuta all'interno. In una barretta di 100 gr di extra-fondente troviamo circa 50-60 mg di antiossidanti. Queste sostanze sono responsabili anche dell'amarezza del cioccolato fondente.

2) Effetto antipertensivo

L'Assunzione di cacao è legata ad una maggiore produzione di OSSIDO NITRICO, sostanza dall'azione vasodilatatrice. Questo si traduce in una diminuzione della pressione del sangue e un minor rischio di incorrere in malattie che colpiscono il nostro sistema cardiovascolare.

3) Ha un reale effetto antidepressivo e antistress

L'associazione felicità e cioccolato non è sbagliata, difatti assumere cioccolato fondente aumenta la produzione di serotonina.

Un basso livello di serotonina è associato a:

Alterazione dell'umore, Depressione, Disturbi del sonno e della concentrazione.

Questo ci fa capire come un aumento della concentrazione di serotonina, possa portare un notevole beneficio su umore e depressione.



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

C200

MOTORI

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100



f.to 28,8x47 ►

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

CAPRICORNO 22/12 - 20/01		JANUARY JANVIER	GENNAIO 2022	JANUAR ENERO	ACQUARIO 21/01 - 19/02
DIC 2021	1 SAB s. Maria Maddalena di Dio - Capodanno	17 LUN s. Innocenzo	17 LUN s. Innocenzo	2° sett.	1° sett.
1 Mer	2 DOM ss. Basilio e Gregorio	18 MAR s. Cleonice - s. Margherita	18 MAR s. Cleonice - s. Margherita	3° sett.	1 Mar
2 Gio	3 LUN s. Gerolamo	19 MER s. Marco e Maria	19 MER s. Marco e Maria	4° sett.	2 Mer
3 Ven	4 MAR ss. Ermete e Cato	20 GIO ss. Sebastiano e Fabiano	20 GIO ss. Sebastiano e Fabiano	5° sett.	3 Gio
4 Sab	5 MER s. Amelia	21 VEN s. Agnese	21 VEN s. Agnese	6° sett.	4 Ven
5 Dom	6 GIO Epifania di N.S.	22 SAB ss. Vincenzo e Gaetano	22 SAB ss. Vincenzo e Gaetano	7° sett.	5 Sab
6 Lun	7 VEN s. Ramondo di Perpetua	23 DOM s. Emerenziana	23 DOM s. Emerenziana	8° sett.	6 Dom
7 Mar	8 SAB s. Massimo	24 LUN s. Francesco di Sales	24 LUN s. Francesco di Sales	9° sett.	7 Lun
8 Mer	9 DOM Battesimo di Gesù	25 MAR Conversione di s. Paolo	25 MAR Conversione di s. Paolo	10° sett.	8 Mar
9 Gio	10 LUN s. Rocco	26 MER ss. Tito e Timoteo	26 MER ss. Tito e Timoteo	11° sett.	9 Mer
10 Ven	11 MAR s. Spirito	27 GIO s. Angela Merici	27 GIO s. Angela Merici	12° sett.	10 Gio
11 Sab	12 MER s. Spirito	28 VEN s. Tommaso d'Aquino	28 VEN s. Tommaso d'Aquino	13° sett.	11 Ven
12 Dom	13 GIO s. Spirito	29 SAB s. Costantino	29 SAB s. Costantino	14° sett.	12 Sab
13 Lun	14 VEN s. Felice	30 DOM s. Marco	30 DOM s. Marco	15° sett.	13 Dom
14 Mar	15 SAB s. Marco	31 LUN s. Giovanni Battista	31 LUN s. Giovanni Battista	16° sett.	14 Mar
15 Mer	16 DOM s. Marcello			17° sett.	15 Mer
16 Gio				18° sett.	16 Gio
17 Ven				19° sett.	17 Ven
18 Sab				20° sett.	18 Sab
19 Dom				21° sett.	19 Dom
20 Lun				22° sett.	20 Lun
21 Mar				23° sett.	21 Mar
22 Mer				24° sett.	22 Mer
23 Gio				25° sett.	23 Gio
24 Ven				26° sett.	24 Ven
25 Sab				27° sett.	25 Sab
26 Dom				28° sett.	26 Dom
27 Lun				29° sett.	27 Lun
28 Mar				30° sett.	28 Mar
29 Mer				31° sett.	29 Mer
30 Gio				1° ott.	30 Gio
31 Ven				2° ott.	31 Ven

Giorni: 1 ore 7,37 ore 16,48
 - 10 - 7,37 - 16,58
 - 20 - 7,30 - 17,09
 Nota: la liturgia è fondata sui dati riportati nel calendario e riferiscono sempre all'ora solare

☀ L.M. Giorno 2 ore 19,33
 ☀ P.M. - 9 - 19,11
 ☀ L.P. - 18 - 00,48
 ☀ U.Q. - 25 - 14,40

L'ipotesi di pubblicazione, nel rispetto del regolamento fiscale, è a carico di chi lo desidera in pubblicazione.  Piccola Milano

MOTORI



FERRARI SF90
STRADALE

//caratteristiche tecniche

La SF90 Stradale è la Ferrari targata più potente di sempre: ha 1000 CV, un V8 biturbo e tre motori elettrici coordinati da un potente "cervello elettronico", capace di farla correre fino a 340 km/h. O di farvi viaggiare per 25 km a emissioni zero. L'abbinata fra un poderoso V8 a benzina e tre motori elettrici offre nuove possibilità di divertimento a chi la guida: come avere per le mani una trazione integrale on-demand (di solito spingono le sole ruote posteriori, come è giusto in una sportiva, ma quelle anteriori intervengono quando serve più grip), oppure di fiondarsi in meno di 7 secondi da 0 a 200 all'ora (6,7 per la precisione) e poi di allungare fino a 340 km/h, e al contempo di poter viaggiare per 25 km in modalità elettrica (fino a un massimo di 135 km/h).

ILLUSTRATO 12 FOGLI



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

C205

HOME DESIGN

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x47 ►

20
22
12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

-52-



GENNAIO 2022

JANUARY / **JANVIER** / **JANUAR** / **ENERO**

DIC 2021	1 SAB	2 DOM	3 LUN	4 MAR	5 MER	6 GIO	7 VEN	8 SAB	9 DOM	10 LUN	11 MAR	12 MER	13 GIO	14 VEN	15 SAB	16 DOM	17 LUN	18 MAR	19 MER	20 GIO	21 VEN	22 SAB	23 DOM	24 LUN	25 MAR	26 MER	27 GIO	28 VEN	29 SAB	30 DOM	31 LUN	FEB 2022
1 Mer	Maria Maddalena di Dio - Capodanno	ss. Basilio e Gregorio	s. Gerolamo	ss. Ermete e Galo	s. Amelia	Epifania di N.S.	s. Ramondo di Provenza	s. Massimo	Battesimo di Gesù	s. Alessio	s. Ippolito	s. Costantino	s. Ippolito	s. Ippolito	s. Mauro	s. Marcello	s. Innocenzo	s. Lorenzo - s. Margherita	s. Marco e Maria	ss. Sebastiano e Fabiano	s. Agnese	ss. Vincenzo e Gaetano	s. Emerenziana	s. Francesco di Sales	Confezione di s. Paolo	ss. Tito e Timoteo	s. Angela Merici	s. Tommaso d'Aquino	s. Ippolito	s. Maria	s. Giovanni Battista	1 Mer
2 Gio																																2 Mer
3 Ven																																3 Gio
4 Sab																																4 Ven
5 Dom																																5 Sab
6 Lun																																6 Dom
7 Mar																																7 Lun
8 Mer																																8 Mar
9 Gio																																9 Mer
10 Ven																																10 Gio
11 Sab																																11 Ven
12 Dom																																12 Sab
13 Lun																																13 Dom
14 Mar																																14 Lun
15 Mer																																15 Mar
16 Gio																																16 Mer
17 Ven																																17 Gio
18 Sab																																18 Ven
19 Dom																																19 Sab
20 Lun																																20 Dom
21 Mar																																21 Lun
22 Mer																																22 Mar
23 Gio																																23 Mer
24 Ven																																24 Gio
25 Sab																																25 Ven
26 Dom																																26 Sab
27 Lun																																27 Dom
28 Mar																																28 Lun
29 Mer																																29 Mar
30 Gio																																30 Gio
31 Ven																																31 Ven

Giorno 1 ore 7,37 ore 16,48
10 - 7,37 - 16,58
20 - 7,30 - 17,09
Nota: la tabella è formata dai dati riportati nel calendario e riferiscono sempre all'ora solare

L.M.: Giorno 2 ore 19,33
R.G.: 9 - 19,11
L.P.: 18 - 00,48
U.Q.: 25 - 14,40

L'opinione di pubblicazione, nel rispetto del regolamento fiscale, è a carico dell'utente in pubblicazione. 

HOME DESIGN

Studi e ricerche nel mercato immobiliare dimostrano che negli ultimi anni gli italiani acquistano case sempre più piccole. Soprattutto nelle grandi città e nei centri storici, i mini-appartamenti sono quelli più richiesti dagli acquirenti. Single e giovani coppie si orientano su monolocali e bilocali, che molto spesso sono le uniche soluzioni abitative che possono permettersi.

Di conseguenza nasce quindi l'esigenza di trovare soluzioni ed idee per la casa che tengano conto degli spazi sempre più ridotti. Le proposte di mobili salvaspazio non mancano nel mondo dell'arredamento moderno. L'importante è fare le scelte giuste in base alle proprie esigenze ed i propri gusti.

CAMERA DA LETTO E SOGGIORNO NELLO STESSO MOBILE

Ecco un'idea che può davvero dare una svolta all'arredamento del tuo piccolo appartamento, facendoti guadagnare tantissimo spazio, senza rinunciare al massimo confort ed al design moderno. Di cosa stiamo parlando? Si tratta dei letti a scomparsa, una categoria di mobili salvaspazio davvero innovativa. Sono dei mobili da soggiorno, dotati di ripiani e scaffali, che al loro interno contengono letti singoli o matrimoniali. Si trasformano molto velocemente e con facilità, dandoti la possibilità di avere il letto già pronto con lenzuola e coperte.

ARREDARE CUCINA PICCOLISSIMA

Nei mini-appartamenti moderni la prima cosa che viene sacrificata è la cucina, che non può più avere una sua stanza a parte come in passato, ma che viene inserita nel soggiorno come angolo cottura. Nell'ottica di ridurre ancora maggiormente gli spazi, il mercato dei mobili salvaspazio ha creato le cosiddette cucine monoblocco. Di cosa si tratta? Semplicemente di cucine molto piccole e compatte, mobili costituiti da un blocco unico, che contengono però tanti accessori e piccoli scomparti per fornire l'indispensabile per cucinare. Spesso queste cucine sono dotate anche di ante pieghevoli che consentono di coprire la cucina alla vista, in modo tale da farla sembrare un normale mobile da soggiorno o addirittura un armadio.

Come arredare un piccolo appartamento



H O M E D E S I G N

ILLUSTRATO 12 FOGLI



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

C210

FLOWERS

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x47 ▶

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

-54-

GENNAIO 2022



1 SAB	EX-DIEBO	Maria Madre di Dio - Capodanno	1.364
2 DOM		ss. Basilio e Gregorio	2.362
3 LUN		s. Genoveffa	3.362
4 MAR		ss. Emidio e Caio	4.361
5 MER		s. Annetta	5.360
6 GIO	EX-D	Epilano di N.S.	6.359
7 VEN		s. Raimondo di Peñafort	7.358
8 SAB		s. Massimo	8.357
9 DOM		Battesimo di Gesù	9.356
10 LUN		s. Aldo	10.355
11 MAR		s. Igino	11.354
12 MER		s. Costo	12.353
13 GIO		s. Egidio	13.352
14 VEN		s. Felice	14.351
15 SAB		s. Mauro	15.350
16 DOM		s. Marcello	16.349
17 LUN		s. Antonio abate	17.348
18 MAR		s. Liberata - s. Margherita	18.347
19 MER		s. Maria e Marta	19.346
20 GIO		ss. Sebastiano e Fabiano	20.345
21 VEN		s. Agnese	21.344
22 SAB		ss. Vincenzo e Gaudenzio	22.343
23 DOM		s. Emerentiana	23.342
24 LUN		s. Francesco di Sales	24.341
25 MAR		Conversione di s. Paolo	25.340
26 MER		ss. Tito e Timoteo	26.339
27 GIO		s. Angela Merici	27.338
28 VEN		s. Tommaso d'Aquino	28.337
29 SAB		s. Costanzo	29.336
30 DOM		s. Marfina	30.335
31 LUN		s. Giovanni Bosco	31.334

DICEMBRE 2021						
LUN	MAR	MER	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		

FEBBRAIO 2022						
LUN	MAR	MER	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	

IL SOLE E LA LUNA



Giorno 1 ora 7:27 ora 16:49
20 - 7:37 - 16:58
20 - 7:50 - 17:09

Nota: la data di tramonto del sole riportata nel calendario si riferiscono sempre all'ora solare.



© L.N. Giorno 2:06 19:33
☾ P.M. - 9 - 19:11
☾ L.M. - 18 - 00:48
☾ U.M. - 25 - 14:40

L'impaginato è pubblicato, nel rispetto dell'ambiente sociale, in carta riciclata e con inchiostro vegetale.

FLOWERS



ILLUSTRATO 12 FOGLI



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

C220

CABALA

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

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x47 ▶

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE



GENNAIO 2022



<p>1 SAB 52^a sett. Maria Madre di Dio - Capodanno 1.364</p> <p>2 DOM 2.363 ss. Basilio e Gregorio</p> <p>3 LUN 1^a sett. 3.362 s. Genoveffa</p> <p>4 MAR 4.361 ss. Ermete e Caio</p> <p>5 MER 5.360 s. Arnelia</p> <p>6 GIO 6.359 Epifania di N.S.</p> <p>7 VEN 7.358 s. Raimondo di Peñafort</p> <p>8 SAB 8.357 s. Massimo</p> <p>9 DOM 9.356 Battesimo di Gesù</p> <p>10 LUN 2^a sett. 10.355 s. Aldo</p> <p>11 MAR 11.354 s. Iginio</p> <p>12 MER 12.353 s. Cesira</p> <p>13 GIO 13.352 s. Ilario</p> <p>14 VEN 14.351 s. Felice</p> <p>15 SAB 15.350 s. Mauro</p> <p>16 DOM 16.349 s. Marcello</p>		<p>17 LUN 17.348 s. Antonio abate</p> <p>18 MAR 18.347 s. Liberata - s. Margherita</p> <p>19 MER 19.346 s. Mario e Marta</p> <p>20 GIO 20.345 ss. Sebastiano e Fabiano</p> <p>21 VEN 21.344 s. Agnese</p> <p>22 SAB 22.343 ss. Vincenzo e Gaudenzio</p> <p>23 DOM 23.342 s. Emerenziana</p> <p>24 LUN 4^a sett. 24.341 s. Francesco di Sales</p> <p>25 MAR 25.340 Conversione di s. Paolo</p> <p>26 MER 26.339 ss. Tito e Timoteo</p> <p>27 GIO 27.338 s. Angela Merici</p> <p>28 VEN 28.337 s. Tommaso d'Arquino</p> <p>29 SAB 29.336 s. Costanzo</p> <p>30 DOM 30.335 s. Martina</p> <p>31 LUN 5^a sett. 31.334 s. Giovanni Bosco</p>
---	--	--

DICEMBRE 2021							FEBBRAIO 2022						
LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
6	7	8	2	3	4	5	7	1	2	3	4	5	6
13	14	15	16	17	11	12	14	8	9	10	11	12	13
20	21	22	23	24	18	19	21	15	16	17	18	19	20
27	28	29	30	31	25	26	28	22	23	24	25	26	27

L'importo di pubblicità, nel rispetto del regolamento locale, è in carico di chi lo espone in pubblicità.  Printed in Italy

CABALA

SMORFIA NAPOLETANA: il significato dei numeri

NUMERI
FORTUNATI
di gennaio

37 - 61 - 82

N. 1 - l'Italia

La smorfia è una tradizione antichissima, e ai suoi albori l'Italia era solo il Regno di Napoli (per questo in alcune vecchie versioni al numero uno vi era proprio la città partenopea). Ad ogni modo, se si sogna la patria, la propria città, il numero abbinato è il numero 1. Nelle versioni moderne ogni città d'Italia ha il proprio numero, così come ogni figura ha il suo numero che cambia in base al contesto.

N. 2 - la picciarella (ossia la bambina, ma anche il bambino)

Nella Smorfia classica ci sono tanti riferimenti alla famiglia ed ai bambini, cuore vitale della tradizione familiare nel nostro Paese.

N. 3 - la gatta (ma anche il gatto)

Ed ecco qui il gatto, animale odiato e amato dai superstiziosi, non dimentichiamo che il gatto nero porta sfortuna.

N. 4 - il maiale

Del maiale non si butta via niente neanche nei sogni, per cui se si sogna un maiale, ma anche un animale in generale, ecco che la cabala ha il suo numero di riferimento.

N. 5 - la mano

Con le mani determiniamo il nostro destino e tramite esse ci prendiamo cura del sostentamento nostro e di chi ci circonda. È all'interno della mano che, oltretutto, si conservano il passato, il presente e il futuro di ogni singolo individuo.

N. 6 - quella che guarda per terra

Un giro di parole neanche troppo velato per indicare la vagina. Ma quello che stuzzica la curiosità ancor più della perifrasi utilizzata è il fatto che la si trovi proprio al numero 6. Ora quanti mastichino di matematica sanno che questo numero è definito perfetto. Un numero si dice perfetto se è pari alla somma dei suoi divisori propri. Ad esempio, 6 è divisibile per 1, 2 e 3, ed è perfetto perché $1+2+3=6$.

N. 7 - il vaso di creta

Nel senso più allargato di contenitore o barattolo. Un oggetto di uso comune che rappresenta il desiderio di opulenza e sazietà. Un posto dove riporre il cibo.

N. 8 - la Madonna

La prima figura religiosa della Smorfia è la Madonna. Sembra che la Vergine Madre di tutte le madri sia abbinata a questo numero proprio in coincidenza con la festa della Madonna Immacolata che cade l'otto di dicembre.



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE

NOVEMBRE

DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

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 ►



20
22
12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

I CUCCIOLI

Perché i gatti si strusciano?

Quando un gatto struscia il corpo contro un oggetto o contro le gambe di una persona, li sta esplorando e marcando come oggetto conosciuto e sicuro. È normale che dopo essersi strusciano il gatto odori l'oggetto o persona con il suo organo vomeronasale per assicurarsi che l'analisi è stata corretta, inoltre si produce uno stimolo positivo e piacevole nel suo cervello.

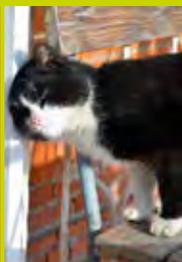
Uno studio pubblicato sulla rivista specializzata tedesca 'Diario della psicologia animale' ha concluso che i gatti, sia maschi che femmine combinano i feromoni sessuali con quelli facciali per attrarre l'attenzione del sesso opposto. Inoltre si è scoperto che lo struscarsi del gatto contro gli oggetti non svolge solo una funzione di demarcazione ma anche di conoscenza visiva dell'animale.

Quindi se un gatto si struscia contro qualcosa o da piccoli colpetti con la testa a un oggetto in presenza di un altro gatto o di un essere animato che conosce e di cui ha fiducia, sta mostrando un comportamento amichevole. Nel suo linguaggio sta dicendo 'sto bene, mi sento a mio agio e sicuro'.



FEROMONI: UN MODO DI COMUNICARE

I feromoni sono sostanze chimiche che trasmettono un messaggio da un organismo all'altro, in maniera da generare una risposta nel recettore dello stimolo. Sia chi emette che chi riceve i feromoni devono essere della stessa specie perché il messaggio possa arrivare. Queste sostanze chimiche si trovano nei fluidi naturali del corpo, come l'urina, il sudore, nelle ghiandole endocrine specializzate nella secrezione e nelle mucose degli organi genitali. Nei mammiferi i feromoni vengono riconosciuti dall'organo vomeronasale, localizzato nella bocca, alla fine del palato duro.



PERCHÉ IL GATTO SI STRUSCIA SULLE GAMBE?

Le ragioni per cui il gatto struscia la faccia sulle gambe si possono sintetizzare in: **Funzione di localizzazione spaziale:** i gatti marcano gli oggetti delimitando il territorio. Inoltre marcano oggetti che nel loro campo visivo sono vistosi, creando così una mappa di odori che li aiutano ad orientarsi nel suo territorio. **Funzione di stabilizzazione emozionale:** quando un gatto arriva in un ambiente sconosciuto, dopo una rapida esplorazione, comincerà a marcare il territorio col muso, in modo che gli sia familiare, trasmettendogli sicurezza e tranquillità. **Funzione comunicativa:** nelle colonie di gatti o nelle case che ospitano più di un felino, il fatto che diversi individui si struscino contro lo stesso oggetto crea una specie di 'effetto gregge'. Vale a dire che ha un effetto di unione, collante, per la comunità di gatti che li convive.



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

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 ▶

20
22

12

MESI
PER
ESSERE
FELICE

-60-



PAPA FRANCESCO



LA PREGHIERA DEL PONTEFICE

PAPA FRANCESCO PREGA NELLA PIAZZA SAN PIETRO VUOTA: "FITTE TENEBRE SI SONO ADDENSATE, SCENDA LA BENEDIZIONE DI DIO"

Cupe nuvole coprono il cielo di Roma e scaricano pioggia. Prima della benedizione Urbi et Orbi, con la possibilità data a tutti di ricevere l'indulgenza plenaria, il Papa tiene una sua omelia dedicata alle difficoltà del momento presente. È la prima volta che piazza San Pietro è del tutto deserta in presenza del Papa: soltanto pochi fedeli sono presenti in piedi appena prima di via della Conciliazione, in piazza Pio XII. "Ci siamo ritrovati impauriti e smarriti", dice il Papa. E ancora, "tutti fragili e disorientati, ma nello stesso tempo importanti e necessari, tutti chiamati a remare insieme, tutti bisognosi di confortarci a vicenda". Tutti come i discepoli ripetiamo che "siamo perduti". Anche noi "ci siamo accorti che non possiamo andare avanti ciascuno per conto suo, ma solo insieme". Francesco ricorda la mancanza di fede dei discepoli

nel pieno della tempesta, ma anche la fiducia in Gesù. La tempesta smaschera la vulnerabilità e "lascia scoperte quelle false e superflue sicurezze con cui abbiamo costruito le nostre agende, i nostri progetti, le nostre abitudini e priorità". La tempesta "pone allo scoperto tutti i propositi di "imballare" e dimenticare ciò che ha nutrito l'anima dei nostri popoli: tutti quei tentativi di anestetizzare con abitudini apparentemente "salvatrici", incapaci di fare appello alle nostre radici e di evocare la memoria dei nostri anziani, privandoci così dell'immunità necessaria per far fronte all'avversità". Con la tempesta, ancora, "è caduto il trucco di quegli stereotipi con cui mascheravamo i nostri ego sempre preoccupati della propria immagine; ed è rimasta scoperta, ancora una volta, quella (benedetta) appartenenza comune alla quale non possiamo sottrarci: l'appartenenza come fratelli".



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

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 ►



20
22

12

MESI
PER
ESSERE
FELICE

SAN PIO

LE RIUNIONI DELLE TERZIARIE FRANCESCANE

Padre Carmelo da Sessano, il superiore del convento, decise di avere delle riunioni delle prime terziarie francescane, all casa delle sorelle Ventrella, per avere informazioni di prima mano riguardo ai primi passi dell'apostolato di Padre Pio in San Giovanni Rotondo. La prima riunione si tenne il 14 dicembre 1954, le due seguenti il 10 e il 25 gennaio 1955. Ne seguirono tante altre. Erano presenti dieci figlie spirituali: le sorelle Ventrella e le sorelle Pompilio, Filomena Fini, Rosinella Gisolfi in Piacentino, Rachele Russo, e Nina Campanile. Padre Carmelo testimoniò: "Durante la prima riunione Rachelina Gisolfi disse a tutti che Padre Pio era presente nella stanza. Ritornato al convento non ebbi il coraggio di chiedere a Padre Pio al riguardo. Durante la seconda riunione Rachelina disse di nuovo che Padre Pio era presente. Ritornato al convento, questa volta ebbi il coraggio di chiedergli se era stato alla riunione. Padre Pio: "Perché? Non mi vuoi là? Non vuoi che venga alle riunioni?" Dopo la terza riunione Padre Pio disse a Padre Carmelo che lui era stato lì. Dopo la quarta riunione Padre Carmelo non osò chiedere più, e Padre Pio: "Come mai non mi chiedi più se sono stato presente alla riunione?"



O San Pio, che agli afflitti hai concesso conforto e pace, grazie e favori, degnati di consolare anche l'animo nostro adolorato. Tu, che hai sempre avuto tanta compassione per le umane sofferenze e fosti di consolazione per tanti afflitti, consola anche noi e concedici la grazia che domandiamo.



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

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 ►

GENNAIO 2022

1 Sab Maria Madre di Dio - Capodanno 52° sett.	17 Lun s. Antonio abate 31° sett.
2 Dom ss. Basilio e Gregorio	18 Mar s. Liborita - s. Margherita
3 Lun s. Carlowella 1° sett.	19 Mer s. Mauro e Marta
4 Mar ss. Ermata e Cato	20 Gio ss. Sebastiano e Fabiano
5 Mer s. Amelia	21 Ven s. Agnese
6 Gio Epifania di N.S.	22 Sab s. Vincenzo e Casentino
7 Ven s. Raimondo di Peñafort	23 Dom s. Emerenziana
8 Sab s. Massimo	24 Lun s. Francesco di Sales 4° sett.
9 Dom Battesimo di Gesù	25 Mar Comemorazione di s. Paolo
10 Lun s. Ado 2° sett.	26 Mer ss. Tito e Timoteo
11 Mar s. Iginio	27 Gio s. Angela Merici
12 Mer s. Costia	28 Ven s. Sotomazo d'Aquino
13 Gio s. Iario	29 Sab s. Costanzo
14 Ven s. Felice	30 Dom s. Martina
15 Sab s. Mauro	31 Lun s. Giovanni Bosco 5° sett.

Giorno 1 ore 12,7 min 16,49 ☀️ L.N. giorno 2 ore 16,33
Giorno 10 ore 12,7 min 16,36 ☀️ P.F. giorno 0 ore 16,11
Giorno 20 ore 12,2 min 15,98 ☀️ C.L.F. giorno 16 ore 16,48
Non ha il calendario di questo mese ☀️ C.O. giorno 25 ore 14,42
Mese di febbraio con 28 giorni



DICEMBRE 2021							FEBBRAIO 2022						
LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
						5							6
6	7	8	9	10	11	12	7	8	9	10	11	12	13
13	14	15	16	17	18	19	14	15	16	17	18	19	20
20	21	22	23	24	25	26	21	22	23	24	25	26	27
27	28	29	30	31			28						

L'IMPRESO DI PUBBLICITÀ, NEL RISPETTO DEL REGOLAMENTO LOCALE, È A CARICO DI CHI LO ESPONE IN PUBBLICITÀ. PIRELLA GUMS

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

MOTORI

LAMBORGHINI
AVENTADOR




//caratteristiche tecniche

Il modello di punta della casa di Sant'Agata Bolognese è la prima Lamborghini di serie con la scocca in fibra di carbonio, leggerissimo materiale che - assieme all'alluminio - è impiegato anche per la carrozzeria. Muscolosa ma fiamta, la Aventador ha un'aerodinamica curatissima, che sbucca pure un'ottima posizione di incidenza variabile: gestione elettronicamente, si muove su tre posizioni in base alla velocità, e quando è a riposo "spinalica" a filo della carrozzeria. I 740 CV (spignonceli dal V12 di 6,5 litri, abbinato a un cambio robotizzato a 7 marce, vengono trasferiti al suolo da un sistema di trazione integrale a ripartizione variabile, che può inviare tutta la coppia alle ruote posteriori oppure farne arrivare sino al 40% a quelle davanti. La sua logica di funzionamento dipende anche dal Drive Select Mode, che il "pilota" può impostare su Strada, Sport o Corsa modificando di conseguenza anche la risposta del motore, del cambio e dello sterzo. Le ruote hanno diametro differenziato fra avantreno e retrotreno, le sospensioni sono a controllo elettronico e lo sterzo è a demoltiplicazione variabile, con sistema di sterzata integrale.



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

C350

Silhouette 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 ▶

20
22

12

MESI
PER
ESSERE
FELICE



CUCINA



Panada sarda

Ingredienti

- 700 gr. di farina di grano duro
- 80 gr. di strutto
- un cucchiaino di sale
- 350 ml. di acqua tiepida
- 1 kg. di spezzatino di agnello
- 2/3 patate a tocchetti
- 2 pomodori secchi
- 2 spicchi di aglio
- 1/2 cipolla
- olio extravergine d'oliva
- prezzemolo e pepe q.b.



Preparazione

Versate in un contenitore la farina, il sale e lo strutto ammorbidito, mescolate e aggiungete l'acqua tiepida fin ad ottenere un impasto liscio. Lavorate la vostra pasta ancora per qualche minuto, avvolgete nella pellicola e lasciate riposare in frigorifero per mezz'ora. Nel frattempo potete iniziare a preparare il ripieno: tagliate a tocchetti le patate e unite allo spezzatino di agnello. Tritate il prezzemolo, i pomodori secchi, la cipolla e l'aglio: mescolate in un piatto e unite le patate e l'agnello aggiungendo sale e olio e amalgamate. Riprendete in mano la vostra sfoglia: dividete l'impasto quasi a metà e lavorate i 2/3 con il mattarello ottenendo una sfoglia tonda. Imburrate una teglia e posizionate la vostra sfoglia all'interno facendo aderire bene ai bordi. Ora potete riempire con gli ingredienti precedentemente preparati. Prima di infornare dovrete chiudere la panada. Dovrete eliminare la pasta in eccesso dai bordi. Spennellate la superficie con un tuorcio d'uovo e infornate a 180 °C per mezz'ora. E per 20 minuti a temperatura più bassa.

Vini consigliati

ROSSO
Monica di Sardegna DOC
 Il monica ha spiccate caratteristiche mediterranee e una marcata presenza di profumi di erbe mediterranee che ne esaltano il gusto e il profumo. Il suo sapore morbido e vellutato lo rende anche un ottimo vino da meditazione: da assaporare a fine pasto o fuori pasto.







GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

C360

Silhouette ilhouette 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 ▶

CAPRIDORO
22/12 - 20/01

GENNAIO 2022

1 Sab Maria Maddalena di Dio - Capoterra ss. Basilio e Gregorio	17 Lun s. Antonio abate
2 Dom	18 Mar s. Liberato - s. Margherita
3 Lun s. Genoveffa	19 Mer s. Mario e Marta
4 Mar ss. Ermete e Caro	20 Gio ss. Sebastiano e Fabiano
5 Mer s. Anzela	21 Ven s. Agnese
6 Gio Epifania di N.S.	22 Sab s. Vincenzo e Cauderolo
7 Ven s. Raimondo di Perafant	23 Dom s. Emerenziana
8 Sab s. Massimo	24 Lun s. Francesco di Sales
9 Dom Battesimo di Gesù	25 Mar Commemorazione di s. Paolo
10 Lun s. Aldo	26 Mer ss. Tito e Timoteo
11 Mar s. Iginio	27 Gio s. Angelica Merici
12 Mer s. Costia	28 Ven s. Formoso d'Aquino
13 Gio s. Bartolomeo	29 Sab s. Costantino
14 Ven s. Felice	30 Dom s. Martina
15 Sab s. Mauro	31 Lun s. Giovanni Bosco

16 Dom
s. Marcello

DICEMBRE 2021 **FEBBRAIO 2022**

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

COMPAGNIA DI PUBBLICITÀ NEL RISPETTO DEL MEGLIO AMBIENTE LOGICO, E A CARICO DI OGNI LE BENTON DI PUBBLICITÀ

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

CARNE IN TAVOLA

COSTOLETTE D'AGNELLO AL FORNO



INGREDIENTI

- Costolette di agnello 800 g
- Timo 2 rametti
- Rosmarino 3 rametti
- Sale 200 g q.b.
- Pepe nero in grani q.b.
- Aglio 2 spicchi
- Capperi 40 g
- Scorza di limone 1
- Patate 600 g
- Pepe nero q.b.

PREPARAZIONE

Iniziate a ripulire la carne dal grasso in eccesso, poi effettuate dei tagli tra una costina e l'altra e aiutandovi con le dita spingete la carne verso il basso in modo da liberare l'ossicino il più possibile. Trasferite le costine in una pirofila e conditele con sale e pepe. Aggiungete anche 2 rametti di rosmarino, il timo e i grani di pepe. Versate circa 10 g di olio, unite la scorza di limone appena grattata, facendo in modo di coprire tutte le costine. Aggiungete anche uno spicchio d'aglio diviso a metà, coprite con della pellicola trasparente e lasciate marinare per 2 ore in frigorifero. Trascorso questo tempo pelate le patate, tagliatele a spicchi. Trasferitele in una ciotola e condite con uno spicchio d'aglio tagliato e gli aghetti di rosmarino. Aggiungete in ultimo il sale e olio. Sistemate le costine su una pirofila leggermente unta e sistemate le patate condite intorno. Avvolgete gli ossicini con una striscia di carta di alluminio, in modo da coprirli interamente e non farli bruciare in cottura. Poi cuocete in forno statico preriscaldato a 200° per 50 minuti.



GENNAIO



FEBBRAIO



MARZO



APRILE



MAGGIO



GIUGNO



LUGLIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OTTOBRE



NOVEMBRE



DICEMBRE

ILLUSTRATO 12 FOGLI

C500

Silhouette MULTICOLOR

Mensile 12 fogli
Carta Patinata
Stampa 4 colori
Planning 2023 retro dicembre
Festività Internazionali
Testata Termosaldata

 Dimensione Calendario
cm 14x47

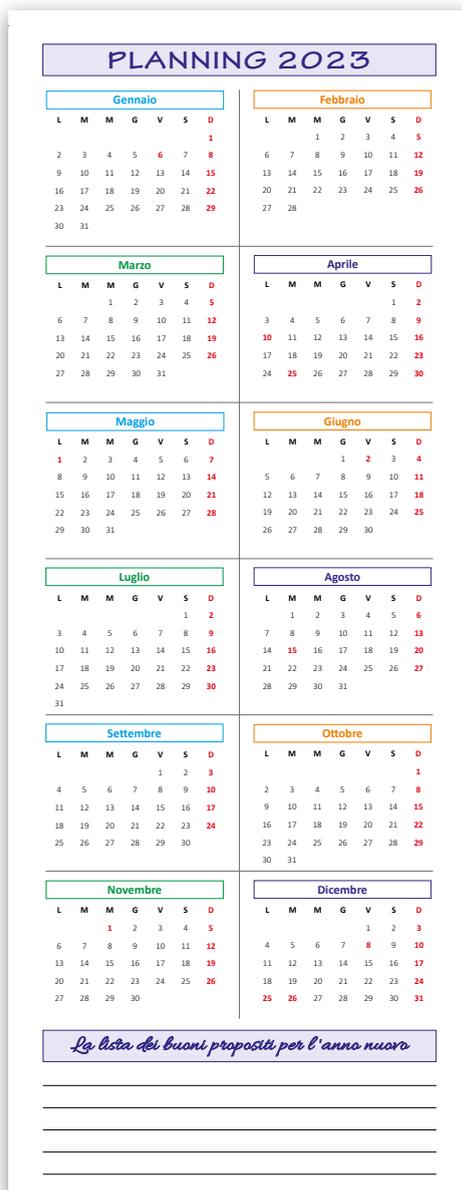
 Dimensione Testata
cm 14x9

 Imballo
Pz. 100

f.to 14x47 ▶

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE



PLANNING 2023 SUL RETRO DELL'ULTIMO MESE

C530

OLANDESE MEDIUM

Mensile 12 fogli

Carta Patinata

Stampa 2 colori

Planning 2023 retro dicembre

Festività Internazionali

Testata Termosaldata

 Dimensione Calendario
cm 28,8x42,5

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x42,5 ►



CAPRICORNO 22/12 - 20/01		GENNAIO 2022		ACQUARO 21/01 - 19/02	
1 mer	1 sabato 1.364 Maria Madre di Dio - Capodanno	17 lunedì	17 lunedì 17.548 s. Antonio abate	3 gio	3 gio
2 gio	2 domenica 2.363 ss. Basilio e Gregorio	18 martedì	18 martedì 18.347 s. Liberata - s. Margherita	4 ven	4 ven
3 ven	3 lunedì	19 mercoledì	19 mercoledì 19.346 s. Mario e Marta	5 sab	5 sab
4 sab	4 martedì	20 giovedì	20 giovedì 20.345 ss. Sebastiano e Fabiano	6 dom	6 dom
5 dom	5 mercoledì	21 venerdì	21 venerdì 21.344 s. Agnese	7 lun	7 lun
6 lun	6 giovedì	22 sabato	22 sabato 22.343 s. Vincenzo e Caudenzio	8 mar	8 mar
7 mar	7 venerdì	23 domenica	23 domenica 23.342 s. Emerenziana	9 mer	9 mer
8 mer	8 sabato	24 lunedì	24 lunedì 24.341 s. Francesco di Sales	10 gio	10 gio
9 gio	9 domenica	25 martedì	25 martedì 25.340 Conversione di s. Paolo	11 ven	11 ven
10 ven	10 lunedì	26 mercoledì	26 mercoledì 26.339 ss. Tito e Timoteo	12 sab	12 sab
11 sab	11 martedì	27 giovedì	27 giovedì 27.338 s. Angela Merici	13 dom	13 dom
12 dom	12 mercoledì	28 venerdì	28 venerdì 28.337 s. Tommaso d'Aquino	14 lun	14 lun
13 lun	13 giovedì	29 sabato	29 sabato 29.336 s. Costanzo	15 mar	15 mar
14 mar	14 venerdì	30 domenica	30 domenica 30.335 s. Martina	16 mer	16 mer
15 mer	15 sabato	31 lunedì	31 lunedì 31.334 s. Giovanni Bosco	17 gio	17 gio
16 gio	16 domenica			18 ven	18 ven
17 ven				19 sab	19 sab
18 sab				20 dom	20 dom
19 dom				21 lun	21 lun
20 lun				22 mar	22 mar
21 mar				23 mer	23 mer
22 mer				24 gio	24 gio
23 gio				25 ven	25 ven
24 ven				26 sab	26 sab
25 sab				27 dom	27 dom
26 dom				28 lun	28 lun
27 lun					
28 mar					
29 mer					
30 gio					
31 ven					

LA LUNA
LUNA giorno 2 ore 19.33
P.Q. giorno 9 ore 19.11
L.P. giorno 18 ore 00.48
U.Q. giorno 25 ore 14.40

LA SOLA
Sorge Tramonta
Giorno 1 ore 2.37 ore 14.49
Giorno 10 ore 7.37 ore 19.58
Giorno 20 ore 2.52 ore 17.09
Nota: in base ad il calcolo dei dati riportati nell'appendice di riferimento sempre alla stessa.

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

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

OLANDESE MEDIUM

GENNAIO 2022			
DIC 2021	1 sabato 17.44	17 lunedì 7.44	FEB 2022
1 mer	2 domenica 15.30 Papa Francesco di San'Capotenero	18 martedì 15.30 A. Antonio Abate	1 mar
2 gio	3 lunedì 15.30 A. Bartolotta e Gregorio	19 mercoledì 15.30 A. Libanotta e Neopatria	2 mer
3 ven	4 martedì 15.30 A. Spasovella	20 giovedì 15.30 A. Maria e Paola	3 gio
4 sab	5 mercoledì 15.30 A. S. Sebastiano e Felice	21 venerdì 15.30 A. Agnese	4 ven
5 dom	6 giovedì 15.30 A. S. Silvestro e Teodoro	22 sabato 15.30 A. Vincenzo e Costantino	5 sab
6 lun	7 venerdì 15.30 A. Raimondo di Prillat	23 domenica 15.30 A. Donatella	6 dom
7 mar	8 sabato 15.30 A. Pasquale	24 lunedì 15.30 A. Francesco di Sales	7 lun
8 mer	9 domenica 15.30 A. Raimondo di Gora	25 martedì 15.30 A. Costantino di A. Paolo	8 mar
9 gio	10 lunedì 15.30 A. Aldo	26 mercoledì 15.30 A. Tito e Silvestro	9 gio
10 ven	11 martedì 15.30 A. Agnese Noeli	27 giovedì 15.30 A. Angela Noeli	10 ven
11 sab	12 mercoledì 15.30 A. Costantino	28 venerdì 15.30 A. Felice	11 ven
12 dom	13 giovedì 15.30 A. S. Rocco	29 sabato 15.30 A. Maria	12 sab
13 lun	14 venerdì 15.30 A. S. Agnese	30 domenica 15.30 A. Donatella	13 lun
14 mar	15 sabato 15.30 A. Pasquale	31 lunedì 15.30 A. Vincenzo	14 mar
15 mer	16 domenica 15.30 A. Pasquale		15 mer
16 gio			16 gio
17 ven			17 ven
18 sab			18 sab
19 dom			19 dom
20 lun			20 lun
21 mar			21 mar
22 mer			22 mer
23 gio			23 gio
24 ven			24 ven
25 sab			25 sab
26 dom			26 dom
27 lun			27 lun
28 mar			28 mar
29 mer			29 mer
30 gio			30 gio
31 ven			31 ven

C530 AB

GENNAIO 2022			
DIC 2021	1 sabato 17.44	17 lunedì 7.44	FEB 2022
1 mer	2 domenica 15.30 Papa Francesco di San'Capotenero	18 martedì 15.30 A. Antonio Abate	1 mar
2 gio	3 lunedì 15.30 A. Bartolotta e Gregorio	19 mercoledì 15.30 A. Libanotta e Neopatria	2 mer
3 ven	4 martedì 15.30 A. Spasovella	20 giovedì 15.30 A. Maria e Paola	3 gio
4 sab	5 mercoledì 15.30 A. S. Sebastiano e Felice	21 venerdì 15.30 A. Agnese	4 ven
5 dom	6 giovedì 15.30 A. S. Silvestro e Teodoro	22 sabato 15.30 A. Vincenzo e Costantino	5 sab
6 lun	7 venerdì 15.30 A. Raimondo di Prillat	23 domenica 15.30 A. Donatella	6 dom
7 mar	8 sabato 15.30 A. Pasquale	24 lunedì 15.30 A. Francesco di Sales	7 lun
8 mer	9 domenica 15.30 A. Raimondo di Gora	25 martedì 15.30 A. Costantino di A. Paolo	8 mar
9 gio	10 lunedì 15.30 A. Aldo	26 mercoledì 15.30 A. Tito e Silvestro	9 gio
10 ven	11 martedì 15.30 A. Agnese Noeli	27 giovedì 15.30 A. Angela Noeli	10 ven
11 sab	12 mercoledì 15.30 A. Costantino	28 venerdì 15.30 A. Felice	11 ven
12 dom	13 giovedì 15.30 A. S. Rocco	29 sabato 15.30 A. Maria	12 sab
13 lun	14 venerdì 15.30 A. S. Agnese	30 domenica 15.30 A. Donatella	13 lun
14 mar	15 sabato 15.30 A. Pasquale	31 lunedì 15.30 A. Vincenzo	14 mar
15 mer	16 domenica 15.30 A. Pasquale		15 mer
16 gio			16 gio
17 ven			17 ven
18 sab			18 sab
19 dom			19 dom
20 lun			20 lun
21 mar			21 mar
22 mer			22 mer
23 gio			23 gio
24 ven			24 ven
25 sab			25 sab
26 dom			26 dom
27 lun			27 lun
28 mar			28 mar
29 mer			29 mer
30 gio			30 gio
31 ven			31 ven

C530 RB

GENNAIO 2022			
DIC 2021	1 sabato 17.44	17 lunedì 7.44	FEB 2022
1 mer	2 domenica 15.30 Papa Francesco di San'Capotenero	18 martedì 15.30 A. Antonio Abate	1 mar
2 gio	3 lunedì 15.30 A. Bartolotta e Gregorio	19 mercoledì 15.30 A. Libanotta e Neopatria	2 mer
3 ven	4 martedì 15.30 A. Spasovella	20 giovedì 15.30 A. Maria e Paola	3 gio
4 sab	5 mercoledì 15.30 A. S. Sebastiano e Felice	21 venerdì 15.30 A. Agnese	4 ven
5 dom	6 giovedì 15.30 A. S. Silvestro e Teodoro	22 sabato 15.30 A. Vincenzo e Costantino	5 sab
6 lun	7 venerdì 15.30 A. Raimondo di Prillat	23 domenica 15.30 A. Donatella	6 dom
7 mar	8 sabato 15.30 A. Pasquale	24 lunedì 15.30 A. Francesco di Sales	7 lun
8 mer	9 domenica 15.30 A. Raimondo di Gora	25 martedì 15.30 A. Costantino di A. Paolo	8 mar
9 gio	10 lunedì 15.30 A. Aldo	26 mercoledì 15.30 A. Tito e Silvestro	9 gio
10 ven	11 martedì 15.30 A. Agnese Noeli	27 giovedì 15.30 A. Angela Noeli	10 ven
11 sab	12 mercoledì 15.30 A. Costantino	28 venerdì 15.30 A. Felice	11 ven
12 dom	13 giovedì 15.30 A. S. Rocco	29 sabato 15.30 A. Maria	12 sab
13 lun	14 venerdì 15.30 A. S. Agnese	30 domenica 15.30 A. Donatella	13 lun
14 mar	15 sabato 15.30 A. Pasquale	31 lunedì 15.30 A. Vincenzo	14 mar
15 mer	16 domenica 15.30 A. Pasquale		15 mer
16 gio			16 gio
17 ven			17 ven
18 sab			18 sab
19 dom			19 dom
20 lun			20 lun
21 mar			21 mar
22 mer			22 mer
23 gio			23 gio
24 ven			24 ven
25 sab			25 sab
26 dom			26 dom
27 lun			27 lun
28 mar			28 mar
29 mer			29 mer
30 gio			30 gio
31 ven			31 ven

C530 VB

PLANNING 2023 SUL RETRO DELL'ULTIMO MESE

C540

OLANDESE STANDARD

Mensile 12 fogli

Carta Patinata

Stampa 2 colori

Planning 2023 retro dicembre

Festività Internazionali

Testata Termosaldata

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x47 ▶





CAPRICORNO
22/12 - 20/01

GENNAIO 2022



ACQUARIO
21/01 - 19/02

DIC 2021			FEB 2022
1 mer	1 sabato 1.364 Maria Madre di Dio - Capodanno	17 lunedì 17.348 s. Antonio abate	1 mar
2 gio	2 domenica 2.363 ss. Basilio e Gregorio	18 martedì 18.347 s. Liberata - s. Margherita	2 mer
3 ven	3 lunedì 3.362 s. Genoveffa	19 mercoledì 19.346 s. Mario e Marta	3 gio
4 sab	4 martedì 4.361 ss. Ermete e Calo	20 giovedì 20.345 ss. Sebastiano e Fabiano	4 ven
5 dom	5 mercoledì 5.360 s. Amelia	21 venerdì 21.344 s. Agnese	5 sab
6 lun	6 giovedì 6.359 Epifania di N.S.	22 sabato 22.343 s. Vincenzo e Caudenzio	6 dom
7 mar	7 venerdì 7.358 s. Raimondo di Peñafort	23 domenica 23.342 s. Emerenziana	7 lun
8 mer	8 sabato 8.357 s. Massimo	24 lunedì 24.341 s. Francesco di Sales	8 mar
9 gio	9 domenica 9.356 Battesimo di Gesù	25 martedì 25.340 Conversione di s. Paolo	9 mer
10 ven	10 lunedì 10.355 s. Aldo	26 mercoledì 26.339 ss. Tito e Timoteo	10 gio
11 sab	11 martedì 11.354 s. Iginio	27 giovedì 27.338 s. Angela Merici	11 ven
12 dom	12 mercoledì 12.353 s. Cesira	28 venerdì 28.337 s. Tommaso d'Aquino	12 sab
13 lun	13 giovedì 13.352 s. Ilario	29 sabato 29.336 s. Costanzo	13 dom
14 mar	14 venerdì 14.351 s. Felice	30 domenica 30.335 s. Martina	14 lun
15 mer	15 sabato 15.350 s. Mauro	31 lunedì 31.334 s. Giovanni Bosco	15 mar
16 gio	16 domenica 16.349 s. Marcello		16 mer
17 ven			17 gio
18 sab			18 ven
19 dom			19 sab
20 lun			20 dom
21 mar			21 lun
22 mer			22 mar
23 gio			23 mer
24 ven			24 gio
25 sab			25 ven
26 dom			26 sab
27 lun			27 dom
28 mar			28 lun
29 mer			
30 gio			
31 ven			

IL SOLE **Sorge** **Tramonta** **LA LUNA**

Giorno 1 ore 7.57 ore 16.40 ☾ L.N. giorno 2 ore 19.53
 Giorno 10 ore 7.57 ore 16.58 ☽ P.Q. giorno 9 ore 19.11
 Giorno 20 ore 7.52 ore 17.09 ☾ L.P. giorno 18 ore 00.48
 Tutti gli orari di tramonto del sole riportati nel calendario si riferiscono sempre all'ora solare

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

OLANDESE STANDARD

GENNAIO 2022		
DIC 2021	1 sabato	17 lunedì
2 gio	2 domenica	18 martedì
3 ven	3 lunedì	19 mercoledì
4 sab	4 martedì	20 giovedì
5 dom	5 mercoledì	21 venerdì
6 lun	6 giovedì	22 sabato
7 mar	7 venerdì	23 domenica
8 mer	8 sabato	24 lunedì
9 gio	9 domenica	25 martedì
10 ven	10 lunedì	26 mercoledì
11 sab	11 martedì	27 giovedì
12 dom	12 mercoledì	28 venerdì
13 lun	13 giovedì	29 sabato
14 mar	14 venerdì	30 domenica
15 mer	15 sabato	31 lunedì
16 gio	16 domenica	
17 ven		
18 sab		
19 dom		
20 lun		
21 mar		
22 mer		
23 gio		
24 ven		
25 sab		
26 dom		
27 lun		
28 mar		
29 mer		
30 gio		
31 ven		

C540 RN

GENNAIO 2022		
DIC 2021	1 sabato	17 lunedì
2 gio	2 domenica	18 martedì
3 ven	3 lunedì	19 mercoledì
4 sab	4 martedì	20 giovedì
5 dom	5 mercoledì	21 venerdì
6 lun	6 giovedì	22 sabato
7 mar	7 venerdì	23 domenica
8 mer	8 sabato	24 lunedì
9 gio	9 domenica	25 martedì
10 ven	10 lunedì	26 mercoledì
11 sab	11 martedì	27 giovedì
12 dom	12 mercoledì	28 venerdì
13 lun	13 giovedì	29 sabato
14 mar	14 venerdì	30 domenica
15 mer	15 sabato	31 lunedì
16 gio	16 domenica	
17 ven		
18 sab		
19 dom		
20 lun		
21 mar		
22 mer		
23 gio		
24 ven		
25 sab		
26 dom		
27 lun		
28 mar		
29 mer		
30 gio		
31 ven		

C540 VN

GENNAIO 2022		
DIC 2021	1 sabato	17 lunedì
2 gio	2 domenica	18 martedì
3 ven	3 lunedì	19 mercoledì
4 sab	4 martedì	20 giovedì
5 dom	5 mercoledì	21 venerdì
6 lun	6 giovedì	22 sabato
7 mar	7 venerdì	23 domenica
8 mer	8 sabato	24 lunedì
9 gio	9 domenica	25 martedì
10 ven	10 lunedì	26 mercoledì
11 sab	11 martedì	27 giovedì
12 dom	12 mercoledì	28 venerdì
13 lun	13 giovedì	29 sabato
14 mar	14 venerdì	30 domenica
15 mer	15 sabato	31 lunedì
16 gio	16 domenica	
17 ven		
18 sab		
19 dom		
20 lun		
21 mar		
22 mer		
23 gio		
24 ven		
25 sab		
26 dom		
27 lun		
28 mar		
29 mer		
30 gio		
31 ven		

C540 AN

PLANNING 2023 SUL RETRO DELL'ULTIMO MESE

C550

OLANDESE TRENDY

Mensile 12 fogli

Carta Patinata

Stampa 2 colori

Planning 2023 retro dicembre

Festività Internazionali

Testata Termosaldata

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x47 ▶



20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

GENNAIO 2022



CAPRICORNO
22/12 - 20/01



ACQUARIO
21/01 - 19/02

DIC 2021		FEB 2022
1 mer	1 sabato 1-364 Maria Madre di Dio - Capodanno	1 mar
2 gio	2 domenica 2-363 ss. Basilio e Gregorio	2 mer
3 ven	3 lunedì 3-362 s. Gervasio	3 gio
4 sab	4 martedì 4-361 ss. Ermete e Caio	4 ven
5 dom	5 mercoledì 5-360 s. Amelia	5 sab
6 lun	6 giovedì 6-359 Epifania di N.S.	6 dom
7 mar	7 venerdì 7-358 s. Ramondo di Peñafort	7 lun
8 mer	8 sabato 8-357 s. Massimo	8 mar
9 gio	9 domenica 9-356 Battesimo di Gesù	9 mer
10 ven	10 lunedì 10-355 s. Aliso	10 gio
11 sab	11 martedì 11-354 s. Igino	11 ven
12 dom	12 mercoledì 12-353 s. Cesia	12 sab
13 lun	13 giovedì 13-352 s. Ilario	13 dom
14 mar	14 venerdì 14-351 s. Felice	14 lun
15 mer	15 sabato 15-350 s. Mauro	15 mar
16 gio	16 domenica 16-349 s. Marcollo	16 mer
17 ven	17 lunedì 17-348 s. Antonio abate	17 gio
18 sab	18 martedì 18-347 s. Liberata - s. Margherita	18 ven
19 dom	19 mercoledì 19-346 s. Mario e Marta	19 sab
20 lun	20 giovedì 20-345 ss. Sebastiano e Fabiano	20 dom
21 mar	21 venerdì 21-344 s. Agnese	21 lun
22 mer	22 sabato 22-343 s. Vincenzo e Gaudenzio	22 mar
23 gio	23 domenica 23-342 s. Emerenziana	23 mer
24 ven	24 lunedì 24-341 s. Francesco di Sales	24 gio
25 sab	25 martedì 25-340 Conversione di s. Paolo	25 ven
26 dom	26 mercoledì 26-339 ss. Tito e Timoteo	26 sab
27 lun	27 giovedì 27-338 s. Angela Merici	27 dom
28 mar	28 venerdì 28-337 s. Tommaso d'Aquino	28 lun
29 gio	29 sabato 29-336 s. Costanzo	29 mar
30 ven	30 domenica 30-335 s. Martina	30 gio
31 sab	31 lunedì 31-334 s. Giovanni Bosco	31 ven

IL SOLE **Sorge** **Tramonta**
 Gennaio 1 ore 7,37 ore 16,49
 Febbraio 10 ore 7,37 ore 16,58
 Marzo 20 ore 7,32 ore 17,09
 Nota: se invece del 1° numero del sole apparso
 nel calendario si riferiscono sempre alla notte.

LA LUNA
 L.N. gennaio 2 ore 19,33
 P.C. gennaio 9 ore 19,11
 L.F. gennaio 18 ore 20,48
 U.C. gennaio 25 ore 14,40

L'IMPOSTA DI PUBBLICITÀ, NEL RISPETTO DEL REGOLAMENTO LOCALE, È A CARICO DI CHI LO ESPONE IN PUBBLICO - PRODOTTO ITALIANO

OLANDESE TRENDY

FRONTE

FRONTE

FRONTE

GENNAIO 2022		
DIC 2021	1 sabato	17 lunedì
1 mer	2 domenica	18 martedì
2 gio	3 lunedì	19 mercoledì
3 ven	4 martedì	20 giovedì
4 sab	5 mercoledì	21 venerdì
5 dom	6 giovedì	22 sabato
6 lun	7 venerdì	23 domenica
7 mar	8 sabato	24 lunedì
8 mer	9 domenica	25 martedì
9 gio	10 lunedì	26 mercoledì
10 ven	11 martedì	27 giovedì
11 sab	12 mercoledì	28 venerdì
12 dom	13 giovedì	29 sabato
13 lun	14 venerdì	30 domenica
14 mar	15 sabato	31 lunedì
15 mer	16 domenica	
16 gio		
17 ven		
18 sab		
19 dom		
20 lun		
21 mar		
22 mer		
23 gio		
24 ven		
25 sab		
26 dom		
27 lun		
28 mar		
29 mer		
30 gio		
31 ven		

GENNAIO 2022		
DIC 2021	1 sabato	17 lunedì
1 mer	2 domenica	18 martedì
2 gio	3 lunedì	19 mercoledì
3 ven	4 martedì	20 giovedì
4 sab	5 mercoledì	21 venerdì
5 dom	6 giovedì	22 sabato
6 lun	7 venerdì	23 domenica
7 mar	8 sabato	24 lunedì
8 mer	9 domenica	25 martedì
9 gio	10 lunedì	26 mercoledì
10 ven	11 martedì	27 giovedì
11 sab	12 mercoledì	28 venerdì
12 dom	13 giovedì	29 sabato
13 lun	14 venerdì	30 domenica
14 mar	15 sabato	31 lunedì
15 mer	16 domenica	
16 gio		
17 ven		
18 sab		
19 dom		
20 lun		
21 mar		
22 mer		
23 gio		
24 ven		
25 sab		
26 dom		
27 lun		
28 mar		
29 mer		
30 gio		
31 ven		

GENNAIO 2022		
DIC 2021	1 sabato	17 lunedì
1 mer	2 domenica	18 martedì
2 gio	3 lunedì	19 mercoledì
3 ven	4 martedì	20 giovedì
4 sab	5 mercoledì	21 venerdì
5 dom	6 giovedì	22 sabato
6 lun	7 venerdì	23 domenica
7 mar	8 sabato	24 lunedì
8 mer	9 domenica	25 martedì
9 gio	10 lunedì	26 mercoledì
10 ven	11 martedì	27 giovedì
11 sab	12 mercoledì	28 venerdì
12 dom	13 giovedì	29 sabato
13 lun	14 venerdì	30 domenica
14 mar	15 sabato	31 lunedì
15 mer	16 domenica	
16 gio		
17 ven		
18 sab		
19 dom		
20 lun		
21 mar		
22 mer		
23 gio		
24 ven		
25 sab		
26 dom		
27 lun		
28 mar		
29 mer		
30 gio		
31 ven		

C550 AB

C550 RB

C550 VB

PLANNING 2023 SUL RETRO DELL'ULTIMO MESE

C580

STANDARD MULTICOLOR

Mensile 12 fogli

Carta Patinata

Stampa 4 colori

Planning 2023 retro dicembre

Festività Internazionali

Testata Termosaldata

 Dimensione Calendario
cm 28,8x47

 Dimensione Testata
cm 28,8x9

 Imballo
Pz. 100

f.to 28,8x47 ▶



GENNAIO 2022



CAPRICORNO
22/12 - 20/01



ACQUARIO
21/01 - 19/02

DIC 2021		FEB 2022
1 mer	1 sabato <small>52° Sett.</small> Maria Madre di Dio - Capodanno 1-364	1 mar
2 gio	2 domenica ss. Basilio e Gregorio 2-363	2 mer
3 ven	3 lunedì <small>1° Sett.</small> s. Genoveffa 3-362	3 gio
4 sab	4 martedì ss. Ermete e Caio 4-361	4 ven
5 dom	5 mercoledì s. Arnella 5-360	5 sab
6 lun	6 giovedì Eptaria di N.S. 6-359	6 dom
7 mar	7 venerdì s. Raimondo di Peñafort 7-358	7 lun
8 mer	8 sabato s. Massimo 8-357	8 mar
9 gio	9 domenica Battesimo di Gesù 9-356	9 mer
10 ven	10 lunedì <small>2° Sett.</small> s. Aldo 10-355	10 gio
11 sab	11 martedì s. Iginio 11-354	11 ven
12 dom	12 mercoledì s. Cesira 12-353	12 sab
13 lun	13 giovedì s. Ilario 13-352	13 dom
14 mar	14 venerdì s. Felice 14-351	14 lun
15 mer	15 sabato s. Mauro 15-350	15 mar
16 gio	16 domenica s. Marcello 16-349	16 mer
17 ven	17 lunedì <small>3° Sett.</small> s. Antonio abate 17-348	17 gio
18 sab	18 martedì s. Liberata - s. Margherita 18-347	18 ven
19 dom	19 mercoledì s. Mario e Marta 19-346	19 sab
20 lun	20 giovedì ss. Sebastiano e Fabiano 20-345	20 dom
21 mar	21 venerdì s. Agnese 21-344	21 lun
22 mer	22 sabato s. Vincenzo e Cauderzo 22-343	22 mar
23 gio	23 domenica s. Emerenziana 23-342	23 gio
24 ven	24 lunedì <small>4° Sett.</small> s. Francesco di Sales 24-341	24 ven
25 sab	25 martedì Conversione di s. Paolo 25-340	25 sab
26 dom	26 mercoledì ss. Tito e Timoteo 26-339	26 dom
27 lun	27 giovedì s. Angela Merici 27-338	27 lun
28 mar	28 venerdì s. Tommaso d'Aquino 28-337	28 mar
29 mer	29 sabato s. Costanzo 29-336	29 mer
30 gio	30 domenica s. Martina 30-335	30 gio
31 ven	31 lunedì <small>5° Sett.</small> s. Giovanni Bosco 31-334	31 ven

IL SOLE Sorge Tramonta
Giorno 1 ore 7,27 ore 16,49
Giorno 10 ore 7,27 ore 16,08
Giorno 20 ore 7,25 ore 15,00
Nota: in base ad il momento del sole rispetto
all'orizzonte di riferimento sempre della stessa natura.

LA LUNA
L.L.N. giorno 2 ore 19,33
P.Q. giorno 9 ore 19,11
L.P. giorno 18 ore 00,58
U.L. giorno 25 ore 14,40

L'IMPOSTA DI PUBBLICITÀ, NEL RISPETTO DEL REGOLAMENTO LOCALE, È A CARICO DI CHI LO ESPONE IN PUBBLICO. ■ Pirelli & C.

PLANNING 2023 SUL RETRO DELL'ULTIMO MESE

C610

OLANDESE STYLE MULTIFLUO

Mensile 12 fogli

Carta Patinata

Stampa 2 colori fluo

Festività Internazionali

Testata Termosaldata

 Dimensione Calendario
cm 31x49

 Dimensione Testata
cm 31x10

 Imballo
Pz. 100

f.to 31X49 ▶

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

1 S	52 ^a settimana	1-354
Maria Madre di Dio - Capodanno		
2 D		2-353
ss. Basilio e Gregorio		
3 L	1 ^a settimana	3-352
s. Genoveffa		
4 M		4-351
ss. Ermete e Caio		
5 M		5-350
s. Amelia		
6 G		6-349
Epifania di N.S.		
7 V		7-348
s. Raimondo di Peñafort		
8 S		8-357
s. Massimo		
9 D		9-356
Battesimo di Gesù		
10 L	2 ^a settimana	10-355
s. Aldo		
11 M		11-354
s. Igino		
12 M		12-353
s. Cesira		
13 G		13-352
s. Ilario		
14 V		14-351
s. Felice		
15 S		15-350
s. Mauro		
16 D		16-349
s. Marcello		
17 L	3 ^a settimana	17-348
s. Antonio abate		
18 M		18-347
s. Liberata - s. Margherita		
19 M		19-346
s. Mario e Marta		
20 G		20-345
ss. Sebastiano e Fabiano		
21 V		21-344
s. Agnese		
22 S		22-343
s. Vincenzo e Cauderzo		
23 D		23-342
s. Emerenziana		
24 L	4 ^a settimana	24-341
s. Francesco di Sales		
25 M		25-340
Conversione di s. Paolo		
26 M		26-339
ss. Tito e Timoteo		
27 G		27-338
s. Angela Merici		
28 V		28-337
s. Tommaso d'Aquino		
29 S		29-336
s. Costanzo		
30 D		30-335
s. Martina		
31 L	5 ^a settimana	31-334
s. Giovanni Bosco		

 **ACQUARIO**
21/01 - 19/02

2022

Il Sole e la Luna

	Giorno 1 ore 7.37	ore 14.49		L.N. giorno 2 ore 19.33
	Giorno 10 ore 7.37	ore 14.58		P.Q. giorno 9 ore 19.11
	Giorno 20 ore 7.32	ore 17.09		L.P. giorno 18 ore 00.48
	ore di notte di 8 ore 40 minuti			U.Q. giorno 23 ore 14.40

Dicembre 2021

Lun	Mar	Mer	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		

Febbraio 2022

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

OLANDESE STYLE

1 S
2 D
3 L
4 M
5 M
6 G
7 V
8 S
9 D
10 L
11 M
12 M
13 G
14 V
15 S
16 D
17 L
18 M
19 M

20 G
21 V
22 S
23 D
24 L
25 M
26 M
27 G
28 V
29 S
30 D
31 L

16 Sale e la Luna

Dicembre 2021

Lun	Mar	Mer	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		

Febbraio 2022

Lun	Mar	Mer	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						

19 S

ACQUARIO 21/01 - 19/02
PESCI 20/02 - 20/03
ARIETE 21/03 - 20/04

2022

2022

2022

2022

2022

2022

2022

2022

2022

2022

2022

2022

2022



MULTIFLUO

C615

OLANDESE STYLE MULTIFLUO BLACK

Mensile 12 fogli

Carta Patinata

Stampa 2 colori fluo

con fondo nero

Festività Internazionali

Testata Termosaldata

 Dimensione Calendario
cm 31x49

 Dimensione Testata
cm 31x10

 Imballo
Pz. 100

f.to 31X49 ▶

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

 **ACQUARIO**
21/01 - 19/02

<p>1 ^S ☉☿☽☾ Maria Madre di Dio - Capodanno</p> <p>2 ^D ss. Basilio e Gregorio</p> <p>3 ^L s. Genoveffa</p> <p>4 ^M ss. Ermete e Caio</p> <p>5 ^M s. Amelia</p> <p>6 ^G ☽☽ Epifania di N.S.</p> <p>7 ^V s. Raimondo di Peñafort</p> <p>8 ^S s. Massimo</p> <p>9 ^D Battesimo di Gesù</p> <p>10 ^L s. Aldo</p> <p>11 ^M s. Igino</p> <p>12 ^M s. Cesira</p> <p>13 ^G s. Ilario</p> <p>14 ^V s. Felice</p> <p>15 ^S s. Mauro</p> <p>16 ^D s. Marcello</p> <p>17 ^L s. Antonio abate</p> <p>18 ^M s. Liberata - s. Margherita</p> <p>19 ^M s. Mario e Marta</p>	<p>52ª settimana</p> <p>•</p> <p>1ª settimana</p> <p>☾</p> <p>2ª settimana</p> <p>☾</p> <p>3ª settimana</p> <p>☾</p>	<p>1-364</p> <p>2-363</p> <p>3-362</p> <p>4-361</p> <p>5-360</p> <p>6-359</p> <p>7-358</p> <p>8-357</p> <p>9-356</p> <p>10-355</p> <p>11-354</p> <p>12-353</p> <p>13-352</p> <p>14-351</p> <p>15-350</p> <p>16-349</p> <p>17-348</p> <p>18-347</p> <p>19-346</p>	<p>20 ^G ss. Sebastiano e Fabiano</p> <p>21 ^V s. Agnese</p> <p>22 ^S s. Vincenzo e Caudenzio</p> <p>23 ^D s. Emerenziana</p> <p>24 ^L s. Francesco di Sales</p> <p>25 ^M Conversione di s. Paolo</p> <p>26 ^M ss. Tito e Timoteo</p> <p>27 ^G s. Angela Merici</p> <p>28 ^V s. Tommaso d'Aquino</p> <p>29 ^S s. Costanzo</p> <p>30 ^D s. Martina</p> <p>31 ^L s. Giovanni Bosco</p>	<p>20-345</p> <p>21-344</p> <p>22-343</p> <p>23-342</p> <p>24-341</p> <p>25-340</p> <p>26-339</p> <p>27-338</p> <p>28-337</p> <p>29-336</p> <p>30-335</p> <p>31-334</p>
---	--	--	--	---

Il Sole e la Luna

☀️ Giorno 1 ore 7,37 ore 14,49	🌙 ☽ L1, giorno 2 ore 16,33
☀️ Giorno 10 ore 7,37 ore 14,58	🌙 ☽ P.Q. giorno 9 ore 19,11
☀️ Giorno 20 ore 7,32 ore 17,09	🌙 ☽ L.P. giorno 18 ore 03,48
☀️ U.O. giorno 25 ore 14,40	🌙 ☽ U.O. giorno 25 ore 14,40

Dicembre 2021

Lun	Mar	Mer	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		

Febbraio 2022

Lun	Mar	Mer	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						

gennaio
2022

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

OLANDESE STYLE BLACK

16 Sale e Lezioni

Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab	Dom
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		

Lun	Mar	Mer	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

2022

2022

2022

2022

2022

2022

2022

2022

2022

2022

2022

2022



MULTIFLUO

C620

SILHOUETTE STYLE MULTIFLUO

Mensile 12 fogli

Carta Patinata

Stampa 2 colori fluo

Festività Internazionali

Testata Termosaldata

 Dimensione Calendario
cm 15x49

 Dimensione Testata
cm 15x10

 Imballo
Pz. 100

f.to 15X49 ►

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

1 S  52° sett.
Maria Madre di Dio - Capodanno

2 D 
ss. Basilio e Gregorio

3 L  1° sett.
s. Genoveffa

4 M 
ss. Ermete e Calo

5 M 
s. Amelia

6 G 
Epifania di N.S.

7 V 
s. Raimondo di Peñafort

8 S 
s. Massimo

9 D 
Battesimo di Gesù

10 L 
s. Aldo

11 M 
s. Igino

12 M 
s. Cesira

13 G 
s. Ilario

14 V 
s. Felice

15 S 
s. Mauro

16 D 
s. Marcello

17 L 
s. Antonio abate

18 M 
s. Liberata - s. Margherita

19 M 
s. Mario e Marta

20 G 
ss. Sebastiano e Fabiano

21 V 
s. Agnese

22 S 
s. Vincenzo e Cauderoto

23 D 
s. Emerenziana

24 L 
s. Francesco di Sales

25 M 
Conversione di s. Paolo

26 M 
ss. Tito e Timoteo

27 G 
s. Angela Merici

28 V 
s. Tommaso d'Aquino

29 S 
s. Costanzo

30 D 
s. Martina

31 L 
s. Giovanni Bosco

DICEMBRE 2021

Set	48	49	50	51	52
Lun	6	13	20	27	
Mar	7	14	21	28	
Mer	1	8	15	22	29
Gio	2	9	16	23	30
Ven	3	10	17	24	31
Sab	4	11	18	25	
Dom	5	12	19	26	

gen
io
na
20
22

FEBBRAIO 2022

Set	06	07	08	09	10
Lun	7	14	21	28	
Mar	1	8	15	22	
Mer	2	9	16	23	
Gio	3	10	17	24	
Ven	4	11	18	25	
Sab	5	12	19	26	
Dom	6	13	20	27	

Il Sole e la Luna

Giorno 1 ore 7,37 ore 16,49
Giorno 10 ore 7,37 ore 16,58
Giorno 20 ore 7,32 ore 17,09
Nota: la tavola ad è riportata dal sito www.issm.it
per informazioni e richieste scrivere info@issm.it

☉ L.N. giorno 2 ore 19,33
☽ P.Q. giorno 9 ore 19,11
☽ L.F. giorno 18 ore 00,48
☽ U.Q. giorno 25 ore 14,40

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

SILHOUETE STYLE



gen
io
na
20
22

feb
bro
20
22

mar
zo
20
22

apr
ile
20
22

mag
gio
20
22

giu
gno
20
22

lug
lio
20
22

ago
sto
20
22

set
tem
bre
20
22

otto
bre
20
22

nov
em
bre
20
22

dic
em
bre
20
22

MULTIFLUO

C625

SILHOUETTE STYLE MULTIFLUO BLACK

Mensile 12 fogli

Carta Patinata

Stampa 2 colori fluo
con fondo nero

Festività Internazionali

Testata Termosaldata

 Dimensione Calendario
cm 15x49

 Dimensione Testata
cm 15x10

 Imballo
Pz. 100

f.to 15X49 ►

20
22

12
MESI
PER
ESSERE
FELICE

1 S  52° sett. **DICEMBRE 2021**
s. Maria Madre di Dio - Capodanno

Set	48	49	50	51	52
Lun	6	13	20	27	
Mar	7	14	21	28	
Mer	1	8	15	22	29
Gio	2	9	16	23	30
Ven	3	10	17	24	31
Sab	4	11	18	25	
Dom	5	12	19	26	

2 D  ss. Basilio e Gregorio

3 L  1° sett. s. Genoveffa

4 M ss. Ermete e Caio

5 M s. Amalia

6 G  Epifania di N.S.

7 V s. Raimondo di Peñafort

8 S s. Massimo

9 D  Battesimo di Gesù

10 L s. Aldo

11 M s. Iginio

12 M s. Onofra

13 G s. Ilario

14 V s. Felice

15 S s. Mauro

16 D  s. Marcello

17 L  3° sett. s. Antonio abate

18 M  s. Liberata - s. Margherita

19 M s. Mario e Marta

20 G ss. Sebastiano e Fabiano

21 V s. Agnese

22 S s. Vincenzo e Caudenzio

23 D  s. Emerenziana

24 L  4° sett. s. Francesco di Sales

25 M  Conversione di s. Paolo

26 M s. Tito e Timoteo

27 G s. Angela Merici

28 V s. Tommaso d'Aquino

29 S s. Costanzo

30 D  s. Martina

31 L  5° sett. s. Giovanni Bosco

gen
io
na
20
22

FEBBRAIO 2022

Set	06	07	08	09	10
Lun	7	14	21	28	
Mar	1	8	15	22	
Mer	2	9	16	23	
Gio	3	10	17	24	
Ven	4	11	18	25	
Sab	5	12	19	26	
Dom	6	13	20	27	

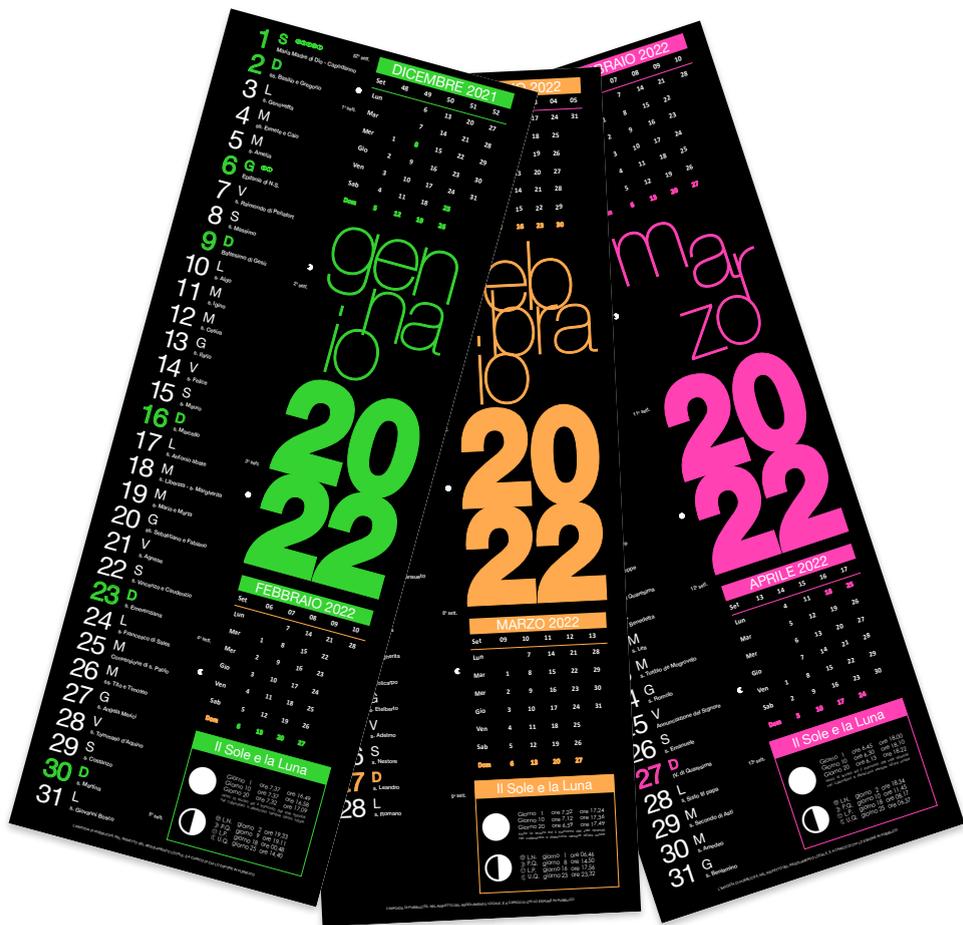
Il Sole e la Luna

 Giorno 1 ore 7.37 ore 16.49
 Giorno 10 ore 7.37 ore 16.58
 Giorno 20 ore 7.32 ore 17.09
Nota: la nascita ed il tramonto dei sole indicati nel calendario è riferito all'ora solare italiana.

 ☉ L.N. giorno 2 ore 19.33
 ☾ P.Q. giorno 3 ore 19.11
 ☉ L.L. giorno 18 ore 00.48
 ☾ U.Q. giorno 25 ore 14.40

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

SILHOUETTE STYLE BLACK



gen
io
na
20
22

feb
bro
20
22

mar
zo
20
22

apr
ile
20
22

mag
gio
20
22

giu
gno
20
22

lug
lio
20
22

ago
sto
20
22

set
tem
bre
20
22

otto
bre
20
22

nov
em
bre
20
22

dic
tem
bre
20
22

MULTIFLUO