



PA186

Silhouette Farmacia

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

GENNAIO 2020	
1 Mer 2450 (7/12/20) Messa Messa di Dio - Capodanno	17 Ven L. Brindisio
2 Gio L. Deella e Diagono	18 Sab L. Libano
3 Ven L. Sarnicola	19 Dom L. Fiano
4 Sab L. Emma e Cava	20 Lun L. Decanato e Espiano
5 Dom L. Amico	21 Mar L. Agropoli
6 Lun L. Spigno	22 Mer L. Ortonovo
7 Mar L. Barco di Fianello	23 Gio L. Eranova
8 Mer L. Poggio	24 Ven L. Marone di Salsi
9 Gio L. Gallico	25 Sab L. Caserta di Fiano
10 Ven L. Aiso	26 Dom L. Tiro e Terno
11 Sab L. Igno	27 Lun L. Argenta Mare
12 Dom L. Sarnicola	28 Mar L. Terno di Sarnicola
13 Lun L. Aiso	29 Mer L. Caserta
14 Mar L. Fiano	30 Gio L. Fiano
15 Mer L. Muro	31 Ven L. Governico

Cistite e igiene intima

Una corretta igiene intima è sicuramente una delle regole basilari per prevenire la cistite. Per mantenere a fiora batterica in salute e prevenire estese fuochi di deflagranti aggressivi, lavande e profumazioni. Con questi piccoli accorgimenti si aiuta la flora batterica e si mantiene in salute il mondo più forte alla protezione dei batteri che possono colonizzare l'utero. Per prevenire il ricorrente avere un tempo in festività regionale.



Che cos'è la cistite

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

Diagnosi e terapia

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



Cistite e igiene intima

Una corretta igiene intima è sicuramente una delle regole basilari per prevenire la cistite. Per mantenere a fiora batterica in salute e prevenire estese fuochi di deflagranti aggressivi, lavande e profumazioni. Con questi piccoli accorgimenti si aiuta la flora batterica e si mantiene in salute il mondo più forte alla protezione dei batteri che possono colonizzare l'utero. Per prevenire il ricorrente avere un tempo in festività regionale.

La crisi asmatica

L'asma è una malattia infiammatoria delle vie dei bronchi, affetto da cui il respiro è difficilmente regolare. Il sintomo più caratteristico è la tosse, che può essere accompagnata da un'infiammazione delle vie aeree che causa il gonfiore delle mucose e il restringimento del lume dei bronchi. L'asma è una malattia cronica che si manifesta con episodi ricorrenti di difficoltà respiratorie.

La psicoterapia

La psicoterapia è un insieme di tecniche e di interventi che aiutano il paziente a risolvere i suoi problemi psicologici e a migliorare la sua qualità di vita. La psicoterapia può essere utilizzata in combinazione con altri trattamenti medici e psicologici.

Prevenzione Primaria

La prevenzione primaria è un insieme di interventi che aiutano a prevenire l'insorgenza di una malattia o di un disturbo. La prevenzione primaria può essere attuata attraverso una serie di misure, tra cui: l'adozione di uno stile di vita sano, l'assunzione di vaccini, l'uso di dispositivi di protezione individuale, ecc.

Scienze e trattamenti

Le scienze mediche sono un insieme di discipline che studiano la salute e la malattia. I trattamenti medici sono un insieme di interventi che aiutano a risolvere i problemi di salute. I trattamenti medici possono essere utilizzati in combinazione con altri trattamenti medici e psicologici.

Scoprire e ostilità

Scoprire e ostilità è un insieme di interventi che aiutano a scoprire e ostilità. Scoprire e ostilità può essere attuata attraverso una serie di misure, tra cui: l'adozione di uno stile di vita sano, l'assunzione di vaccini, l'uso di dispositivi di protezione individuale, ecc.

Lacno

Lacno è un insieme di interventi che aiutano a risolvere i problemi di lacno. Lacno può essere attuata attraverso una serie di misure, tra cui: l'adozione di uno stile di vita sano, l'assunzione di vaccini, l'uso di dispositivi di protezione individuale, ecc.

Disturbi d'ansia

Disturbi d'ansia è un insieme di interventi che aiutano a risolvere i problemi di disturbi d'ansia. Disturbi d'ansia può essere attuata attraverso una serie di misure, tra cui: l'adozione di uno stile di vita sano, l'assunzione di vaccini, l'uso di dispositivi di protezione individuale, ecc.

Tecniche pediatriche

Tecniche pediatriche è un insieme di interventi che aiutano a risolvere i problemi di tecniche pediatriche. Tecniche pediatriche può essere attuata attraverso una serie di misure, tra cui: l'adozione di uno stile di vita sano, l'assunzione di vaccini, l'uso di dispositivi di protezione individuale, ecc.

Sintomi dell'influenza

Sintomi dell'influenza è un insieme di interventi che aiutano a risolvere i problemi di sintomi dell'influenza. Sintomi dell'influenza può essere attuata attraverso una serie di misure, tra cui: l'adozione di uno stile di vita sano, l'assunzione di vaccini, l'uso di dispositivi di protezione individuale, ecc.

Le cefalee più diffuse

Le cefalee più diffuse è un insieme di interventi che aiutano a risolvere i problemi di le cefalee più diffuse. Le cefalee più diffuse può essere attuata attraverso una serie di misure, tra cui: l'adozione di uno stile di vita sano, l'assunzione di vaccini, l'uso di dispositivi di protezione individuale, ecc.

Dolori reumatici

Dolori reumatici è un insieme di interventi che aiutano a risolvere i problemi di dolori reumatici. Dolori reumatici può essere attuata attraverso una serie di misure, tra cui: l'adozione di uno stile di vita sano, l'assunzione di vaccini, l'uso di dispositivi di protezione individuale, ecc.

FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

Scopri come prenderti cura del tuo benessere fisico



PA187

Silhouette Gastronomia

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

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



BISTECCA DI MANZO CON PATATE E MAIONESE AL POMODORO

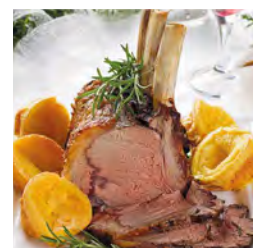
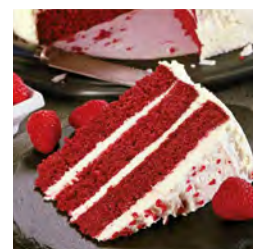


INGREDIENTI

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

PREPARAZIONE

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



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

I segreti dell'arte culinaria racchiusi in queste fantastiche ricette



PA189

Silhouette Carni

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

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

GENNAIO 2020	
1 Mer S. Basilio e Gregorio S. Nicola e Cos. Capodim.	17 Ven S. Ambrogio
2 Gio S. Basilio e Gregorio	18 Sab S. Ivo
3 Ven S. Gervasio	19 Dom S. Marco
4 Sab S. Emidio e Ciro	20 Lun S. Sebastiano e Stefano
5 Dom S. Antonio	21 Mar S. Agnese
6 Lun S. Felice e Giacomo	22 Mer S. Costantino
7 Mar S. Rocco e Felice	23 Gio S. Eusebio
8 Mer S. Maria	24 Ven S. Francesco di Sales
9 Gio S. Giuliano	25 Sab Conc. di S. Pietro
10 Ven S. Anna	26 Dom S. Felice e Giacomo
11 Sab S. Agostino	27 Lun S. Angela Merici
12 Dom S. Sebastiano e Stefano	28 Mar S. Tommaso d'Aquino
13 Lun S. Nicola	29 Mer S. Giuseppe
14 Mar S. Felice	30 Gio S. Vito
15 Mer S. Maria	31 Ven S. Costantino
16 Gio S. Agostino	



TAGLIATA DI MANZO CON RIDUZIONE AL VINO ROSSO

INGREDIENTI

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

PREPARAZIONE

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

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



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

12 ricette per cucinare alla perfezione carni rosse e bianche



PA191

Silhouette Cani e Gatti

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

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



Canì e bambini

Un'amicizia per la vita

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

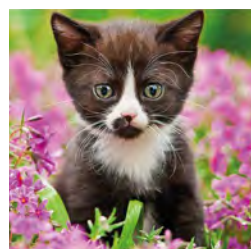
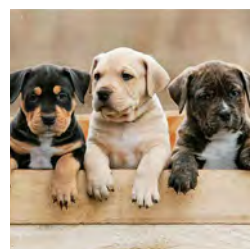
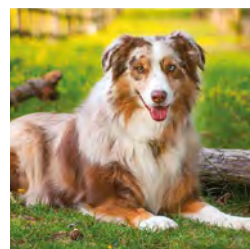
I bambini che hanno un animale in casa imparano, fin dalla tenera età, a prendersi cura e a nutrire un'altra creatura, osservando inizialmente i genitori e immagazzinando le informazioni che saranno poi sfruttate in ogni interazione con un animale.

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

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

Quando il cane ti lecca

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



FESTIVITÀ INTERNAZIONALI

RETRO IN QUADRICROMIA

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