



Allegato alla rivista Salutare • localizzato Regione Campania • Anno IV - 2018



eventi



prodotti



sociale



noè



cultura



vantaggi



servizi



luoghi





inSalute.club

Il Club del Benessere



Cos'è InSalute.club

Salute e benessere sul territorio

È il media di riferimento territoriale per tutto ciò che è salute e benessere.

È il club di chi vuole stare bene

e dedica spazio a informazioni, news e iniziative su: attività, luoghi, cultura, sociale, arte, sport, prodotti tipici, ma anche tutte le realtà che contribuiscono al benessere collettivo.

Per essere informato su tutte le novità, per richiedere informazioni o per porre quesiti, ma anche ricevere le nostre newsletters, compila il form sul nostro sito

www.insalute.club

adv@insalute.club
0825 74603
327 1184744

Insieme per uno scopo comune

Fai parte di un'Associazione, una Fondazione o un Ente?

Segnalaci il tuo impegno nel sociale, raccontaci la tua realtà associativa, i progetti e le finalità.

Inviaci i tuoi articoli

Se desideri informare i lettori in modo semplice e chiaro su come prendersi cura di sé, scrivici, pubblicheremo i tuoi contributi.

Se hai un'attività, sei un libero professionista o un'associazione, unisciti a noi: entra anche tu a far parte del circuito convenzioni del benessere. Parlaci di te e di quello che vuoi offrire agli utenti. Compila il form al sito www.insalute.club/vantaggi

Diventa partner

InSalute.club è un'iniziativa gratuita che si autofinanzia grazie al contributo delle Aziende e dei lettori a cui piace il nostro progetto. Se hai trovato interessante e utile InSalute.club, sostienici.

Prodotti



salute, alimentazione, gadget, attrezzature, sport, prodotti utili e funzionali per il benessere

Servizi



centri per la salute e il benessere, corsi, professionisti, attività dedicate alla cura del corpo e della mente

Luoghi



ambiente, parchi, piste ciclabili, pic-nic, divertimenti, cascate, percorsi, fattorie didattiche, agriturismi

Cultura



musei, mostre, libri, teatro, concerti

Vantaggi



fidelizzazione per ricevere coupon, sconti, affiliazioni, omaggi dalle Aziende e Strutture che aderiscono a InSalute.club

Sociale



mission e iniziative delle realtà associative, fondazioni e istituzioni

Noè



cura e benessere degli amici a quattro zampe

Eventi



iniziative, convegni, fiere, appuntamenti, workshop legati al benessere fisico e psichico

Per leggere la versione integrale degli articoli:

Vieni sul sito

www.insalute.club



Bilinguismo per bambini

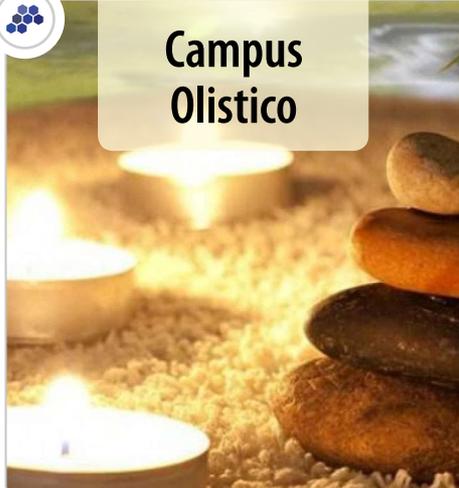
Attivo il corso d'inglese con il metodo Helen Doron presso l'Accademia dei Giorni Felici di Avellino

Una novità assoluta che permetterà ai piccoli di imparare l'inglese con il metodo Helen Doron che si basa su piccoli Learning Group, ossia piccoli gruppi di 4-8 studenti per dedicare particolare attenzione ad ogni studente e di interagire con il gruppo.

Con questo metodo s'impara divertendosi, l'apprendimento sarà vissuto in maniera creativa con spirito propositivo e dinamico. Lo studente verrà stimolato nel suo processo di apprendimento dell'inglese come se fosse la sua lingua madre. Grazie al materiale didattico originale e dedicato, gli studenti potranno avvalersi di numerosi cd audio per un'autonoma ripetizione di quanto imparato in classe. **Infotel: 0825 35320**



Campus Olistico



Progetto per la prevenzione del benessere attraverso le discipline Olistiche e Bio Naturali

Ogni giovedì, fino al 27 Dicembre 2018, al Wellness Point presso il Centro Commerciale Campania di Marcianise (Ce), si svolge il Campus di Discipline Olistiche e Bio Naturali. Ha lo scopo principale di promuovere la prevenzione, di informare sui benefici delle discipline Olistiche e Bio Naturali per favorire il benessere e rafforzare la salute attraverso uno stile di vita in sintonia con il proprio essere.

Le attività/discipline proposte: Life Coaching, Reiki, Naturopatia, Shiatsu, Tecniche Manuali Olistiche.

Scopri le Associazioni coinvolte nell'iniziativa su www.insalute.club



Distrofia muscolare di Duchenne



Identificato un nuovo meccanismo

Farmaci in grado di regolare la funzione degli endocannabinoidi, permettono di contrastare il decorso della malattia e recuperare parte delle funzioni motorie perse in un modello animale.

Lo studio, pubblicato su Nature Communications, è stato condotto dall'Istituto di chimica biomolecolare del **Cnr di Pozzuoli**, con l'**Istituto di genetica e biofisica del Cnr-Igb di Napoli**, il **Dipartimento di farmacia dell'Università Federico II**, la **fondazione Santa Lucia di Roma**, l'**istituto Telethon di genetica e medicina di Pozzuoli** e l'ospedale pediatrico **Gaslini di Genova**.

Lo studio ha riscontrato importanti alterazioni degli endocannabinoidi nei muscoli scheletrici affetti da distrofia muscolare di Duchenne, in particolare l'iperattività del recettore CB1 nel tessuto muscolare striato, sia nell'uomo sia in un modello animale.

È stato dimostrato come, con somministrazioni ripetute di farmaci in grado di attenuare tale iperattività, si ottenga un parziale ma significativo recupero delle funzioni motorie ed una riduzione dell'infiammazione nel modello animale.

La malattia esordisce nei primi anni di vita e causa una progressiva ed irreversibile degenerazione muscolo-scheletrica, con un'aspettativa di vita medio-bassa. Le terapie attuali prevedono l'assunzione di potenti farmaci antinfiammatori con i quali però si riesce soltanto a contenere in maniera parziale la sintomatologia e con i quali è difficile effettuare una valutazione rischio-beneficio.



L'unico abitante di Rescigno Vecchia



Uno dei borghi fantasma più belli d'Italia è oggi abitato unicamente dal signor Giuseppe Spagnuolo

Si trova in provincia di Salerno, nel Cilento, è costituito da case in pietra di un unico piano immerse nella vegetazione e disseminate in piccoli vicoletti sterrati. Frane e alluvioni costrinsero gli abitanti a trasferirsi più a valle dando vita alla Roscigno Nuova.

Visitando il paese si ha l'impressione di fare un viaggio indietro nel tempo passeggiando tra botteghe e stalle, la piazza municipale, dominata da una fontana e dalla chiesa di San Nicola di Bari. È anche possibile visitare il Museo della civiltà contadina ospitato nelle stanze della canonica della Chiesa e dell'ex municipio.



Zuppa di castagne e fagioli



Ricetta irpina

Ricetta originale, per 8 persone

**500 gr di castagna • 300 gr di fagioli • 1 spicchio d'aglio
1/2 decilitro di olio d'oliva • 1 ciuffetto di prezzemolo
Rosmarino (a piacere) • sale q.b.**

Lessare le castagne e togliere l'eventuale pellicina. In una pentola con acqua si possono mettere a cuocere i fagioli (magari tenuti a bagno la notte precedente), unire l'olio, l'aglio, il prezzemolo, rosmarino ed aggiustare di sale secondo il proprio gusto. A metà cottura versare le castagne e, se necessario, altra acqua calda. Portare il tutto a cottura completa e servire in tavola ancora caldo. Negli anni, la zuppa ha subito variazioni secondo gusti soggettivi, così esistono anche le versioni arricchite con funghi secchi o guanciale, per i più golosi pure entrambe e degna di nota è anche la pietanza presentata con dei crostoni di pane casereccio.



Pillole di vino rosso per il cuore



A cura di Ettore Mautone

Un nuovo test del sangue, per la prevenzione di ictus e infarto, è stato perfezionato presso i laboratori **NutraPharmaLabs** del Dipartimento di Farmacia dell'Università Degli Studi di Napoli "Federico II", diretto dal **Prof. Ettore Novellino**. L'esame di una sola goccia di sangue, ottenuta dalla semplice puntura di un dito, consente di dosare alcuni metaboliti dannosi per le arterie derivati dai grassi animali introdotti con l'alimentazione. Presso gli stessi laboratori di nutraceutica è stato, inoltre, messo a punto anche un "antidoto" salva-arterie, derivato dalla vinaccia di Aglianico e Taurasi (prodotto di scarto nella preparazione del vino rosso), in grado di neutralizzare tali sostanze dannose per la salute del cuore. Per completare lo studio ora Novellino cerca nuovi volontari per misurare l'efficacia clinica del ritrovato salva-arterie.



Consulenza Psicologica gratuita



"Arte Imperfetta di Essere" offre uno spazio di consulenza gratuita un mercoledì al mese. Un tempo dedicato alla promozione e alla diffusione del benessere psicologico. I colloqui avranno durata di circa 20 minuti ed è preferibile prenotare ad uno dei seguenti numeri:

Dr.ssa Federica Maria Grosso
Psicologa psicoterapeuta sistemico-relazionale
cell. 342 0753593

Dr.ssa Raffaella Monda
Psicologa psicoterapeuta sistemico-relazionale
cell. 338 4875122

Arte Imperfetta di Essere
Via Tagliamento, 303 - Avellino



Festa della scienza: Futuro Remoto



Dall'8 all'11 novembre 2018 a Città della Scienza e tante piazze e luoghi speciali del centro storico di Napoli, dal complesso di San Marcellino a piazza Bellini. Attraverso la creazione di sistemi di interconnessione e di coinvolgimento esteso di stakeholders differenti, **Futuro Remoto** sta contribuendo a un cambiamento di ruoli e relazioni, cambiamento che è necessario al processo di innovazione sociale.

Tutte le attività del Villaggio della Scienza sono hands on, basate sull'interattività e sulla possibilità per i visitatori di toccare "con mano" i fenomeni scientifici e di scoprire le frontiere della ricerca scientifica, filosofia alla base del successo di Città della Scienza e degli science centre di tutto il mondo.

www.cittadellascienza.it/futuroremoto

Vi diamo ascolto!

Centro di Consulenza per la sordità

Assistenza tecnica

Informazione e prove gratuite

Fonetop

Centro Acustico dr. Nicola Topo

Sede Avellino
C.so V. Emanuele, 36

0825 26057

FONETOP LAB
Mugnano del Cardinale
Via Roma, 72 • tel. 081 8257720

SANT'ANGELO DEI LOMBARDI
Via A. Argentino, 5 • 0827 24395

LIONI
Via Marconi, 130 • 0827 224982

CERVINARA
Via Roma, 136 • 0824 836270

GROTTAMINARDA
Rione Gelso, 23 • 0825 872045

www.fonetop.it



È irpino il miglior panettone tradizionale d'Italia

Un successo portato a casa da Raffaele Romano, titolare della pasticceria Fratelli Romano di Solofra (Av), che ha vinto tra il top delle creazioni di altissima qualità dei migliori artigiani italiani presenti alla finale del concorso nazionale Panettone Day 2018

Romano è il vincitore per la categoria "miglior panettone tradizionale", superando anche Pietro Bertoli della Pasticceria Bertoli di Varallo (VC), che ha presentato un panettone a base di pesche candite, cioccolato fondente e amaretti, vincitore come "miglior panettone creativo".

La finale si è tenuta a Milano presso Sweety, importante manifestazione nazionale dedicata alla pasticceria italiana. Sono state ammesse alla gara solo 25 tra le migliori interpretazioni artigianali del dolce, pro-

venienti da tutto lo Stivale e scelte personalmente da Iginio Massari, che le ha selezionate tra oltre 130 pasticceri partecipanti.

Il panettone firmato Raffaele Romano ha conquistato il plauso di: Galileo Reposo, Pastry Chef della celebre gastronomia milanese Peck, Salvatore De Riso, famosissimo pasticciere della costiera amalfitana, della food blogger Chiara Maci e da Giancarlo Maistrello, vincitore della scorsa edizione. Ha ottenuto il miglior punteggio per tutti i criteri: aspetto, colore, cottura, alveolatura, qualità degli ingredienti e gusto.

I 25 panettoni arrivati in finale verranno esposti al TemporaryStore, sito in Corso Garibaldi 42 a Milano dal 4 ottobre per un mese.

Tutti i panettoni artigianali esposti saranno in vendita al prezzo di 10 euro per la confezione da 500 grammi.



Diamoci una Scossa! Novembre è dedicato alla Prevenzione Sismica

Per la prima volta in Italia istituito novembre come mese della prevenzione Sismica. In molte piazze italiane esperti del settore, ingegneri e architetti, a dialogo con i cittadini.

Le piazze della provincia di Salerno, quindi, per un giorno diventano Piazze della Prevenzione. Architetti e ingegneri, esperti in prevenzione del rischio sismico, incontreranno i cittadini per dare informazioni utili per la sicurezza della casa.

Perché questa iniziativa?

L'evento sismico, come ben sappiamo, è un evento imprevedibile ma arginabile, attraverso misure che migliorano la sicurezza. Dal 30 settembre, e per tutto il mese di ottobre, i cittadini interessati possono prenotare una visita informativa, totalmente gratuita. Il sopralluogo, ef-

fettuato da professionisti del ramo, darà esito sulla rischioosità dell'immobile. Nel corso della visita, inoltre, i cittadini potranno anche chiedere informazioni su come ottenere le agevolazioni finanziarie messe a disposizione dallo Stato, col Sisma Bonus ed Eco Bonus, che consentiranno di risparmiare fino all'85% nel caso in cui siano necessari lavori di adeguamento dell'immobile interessato.

I contribuenti che eseguono interventi per l'adozione di misure antisismiche sugli edifici esistenti possono detrarre una parte delle spese sostenute dalle imposte sui redditi. La percentuale di detrazione e le regole per poterne fruire sono diverse a seconda dell'anno in cui la spesa viene effettuata.

Sul sito www.insalute.club si potrà accedere al portale e prenotare la visita, a partire dal prossimo novembre.



Tesoro antico di Teggiano



Il Museo delle Erbe con Viridarium, inaugurato nel giugno del '99, si sviluppa in diverse sezioni: etnobotanica, con la ricostruzione storica di un'antica spezieria medievale e settori dedicati alla medicina popolare, alle erbe nell'uso domestico; medicine naturali, preparazioni farmaceutiche ed erboristeria con tutti gli elementi necessari per fitoterapia, omeopatia e floriterapia. L'Erbario naturale e monitoraggio sulle emergenze floristiche rappresenta il punto di riferimento di numerose categorie sociali dai professionisti agli studenti, ai contadini, agli artigiani, alle massaie, ai ricercatori, ai curiosi della Provincia di Salerno e della Regione Campania.

**Teggiano (SA) Piazza SS. Pietà
Tel. 0975 79600 - prolocoteggiano@gmail.com**

protesi
ortesi
ausili

LTO

Laboratorio Tecnico Ortopedico

www.ltosnc.com • info@ltosnc.com • www.facebook.com/ortopedialto

SEDE LEGALE E OPERATIVA
Casoria (Na)
Via G. Amato, 15 is A/B
Tel. 081 19579684

FILIALE
Avellino
Via Michele Capozzi, 16/22
Tel. 0825 1886874

Dispositivi ortopedici
e protezioni sportive su misura

Consulenze
e prestazioni specialistiche

Esame computerizzato
baropodometrico, posturale

Articoli ortopedici,
sanitari preventivi e terapeutici

Noleggio elettromedicali e ausili

Consegna e assistenza domiciliare

rivenditore
autorizzato

WAYEL
Electricbikes

Trekking Campania

“Officinae Itineris” è il miglior partner per i vostri progetti nel mondo dell’escursionismo e dell’outdoor in Campania!

Gli itinerari che attraversano i territori in Campania ricordano in un’infinità di emozioni e, dopo ore di cammino in cui si costeggiano dirupi, si penetra nei fittissimi boschi di castagno e si attraversano le immense faggete d’altura, si cammina lungo i crinali dai forti pendii, si attraversano rigogliose vallate, si transita lungo corsi fluviali dalle cristalline acque, si sfiorano profili di cresta sommitali, lungo paesi in cui il “nuovo” si mescola ai ricordi della storia, si godono incantevoli vedute panoramiche, si medita in luoghi considerati sacri, si riscoprono antiche civiltà e il riutilizzo di vecchi mestieri, si ripercorrono i cammini della fede e si seguono le tracce di antiche vie minerarie. Si ripercorrono, così, tutte le falde di queste meravigliose montagne che, coi suoi numerosi

casali, coronano il territorio venendo a formare una delle più grosse aree outdoor dell’intero comprensorio montuoso meridionale: l’**Appennino Campano**.

Centro Documentazione Trekking Campania “Officinae Itineris” è un’organizzazione di Escursionismo, Naturalistico & Didattica Ambientale che dal 1989 è il punto di riferimento in Campania per tutti quegli appassionati di turismo lento e outdoor.

Il Centro si occupa di promozione territoriale e nel tempo ha imparato a progettare, costruire e ottimizzare prodotti e progetti sempre più efficaci, cuciti su misura per il territorio e in perfetta sintonia con le richieste di un



pubblico che, stagione dopo stagione, cresce senza interruzione.

Il **Presidente Onorario prof. Mario Luciano** è un esperto di percorsi in montagna, poliglotta, grande comunicatore e conoscitore delle biodiversità naturali e delle scienze micologiche, dotato di una straordinaria memoria e di un grande senso dell’orientamento, nel corso degli ultimi anni ha scoperto nuovi percorsi e itinerari sulle montagne dell’Appennino centro-meridionale. Punto di riferimento per nuove e straordinarie avventure in montagna!

Per contattare Trekking Campania:
Facebook: @TrekkingCampaniaGuideGae
Telefono: 339 7456795



**CENTRO
ODONTOIATRICO
VAIANO**

www.odontoanest.it
ODONTO ANEST 

CURE EFFICACI, SENZA DOLORE

MONTEFORTE IRPINO - VIA ROMA, 90
Tel. 800.912 959

Scherma: uno sport completo

Prosegue il nostro excursus per guidare la scelta dello sport più adatto, soprattutto tra quelli alternativi rispetto alle attività "classiche"

È uno sport davvero per tutti sia bambine sia bambini che possono iniziare a praticarlo a partire dai sei anni d'età. Uno sport completo che non richiede particolari capacità fisiche e che sviluppa agilità, velocità ed equilibrio, anche psicologico.

Uno sport, tre discipline

La scherma comprende tre discipline: la spada, il fioretto e la sciabola. Tre armi diverse e con tre importanti differenze concettuali: in primo luogo la spada e il fioretto sono armi di punta, mentre la sciabola è un'arma di punta, taglio e controtaglio.

Seconda differenza, il fioretto e la sciabola sono armi convenzionali, che si regolano quindi su una convenzione (per avere il punto si deve attacca-

re e toccare; se invece si viene attaccati si deve parare e rispondere), mentre la spada è un'arma non convenzionale (ha ragione e ottiene il punto l'atleta che tocca per primo).

Terza, ma non ultima per importanza, il bersaglio valido nella spada è tutto il corpo, nel fioretto è invece il tronco, mentre nella sciabola è il corpo dalla cintura in su, braccia e testa comprese.

Perché sceglierla?

Preferire uno sport come la scherma ha numerosi vantaggi. Secondo gli esperti, uno sport come la scherma è da preferire o da scegliere perché favorisce:

① **lo sviluppo dell'intelligenza e delle capacità di strategia.**

Per essere un buono schermidore occorrono

strategia e riflessi pronti perché l'avversario può sferrare un attacco in qualsiasi momento. Acquisire riflessi rapidi è uno dei benefici maggiori della scherma.

Inoltre, come anche molti altri sport, la scherma insegna un profondo rispetto sia della vittoria, sia della sconfitta;

② **lo sviluppo delle capacità motorie.**

Dal punto di vista fisico, gli aspetti più importanti sono legati alla coordinazione, reattività e riflessi pronti;

③ **il rispetto delle regole e della disciplina.**

Prendere decisioni difficili, analizzare i problemi e "pensare veloce su due piedi" aiuta a sviluppare competenze in aree diverse da quel-

la propriamente motoria. Gli educatori stanno scoprendo, ad esempio, che la scherma può migliorare le prestazioni matematiche;

④ **Gestione dei conflitti e disturbi di attenzione.**

La scherma è utile nei bambini con disturbi di iperattività e di concentrazione perché è uno sport individuale: lo schermidore è l'unico responsabile del suo successo o fallimento di cui ha un'assoluta e totale responsabilità. Deve cioè, stare attento;

⑤ **La socializzazione.**

Molte scuole di scherma hanno squadre e partecipano a tornei e gare. Anche se è uno sport a due, la scherma è anche uno sport agonistico e di squadra.



Dove fare Scherma in Campania

• AVELLINO

Associazione Sportiva Dilettantistica CRV Polisportiva atl. e pal. PODJGYM
"Liceo Sportivo De Luca" Via Scandone
Tel. 348 1446412 · 333 4046887
podjgym@podjgym.com

• PORTICI (NA)

Club Scherma Portici
Stadio di calcio "S. Ciro" Via Farina
Tel. 347 0836837 · clubschermaportici@libero.it

• SALERNO

Circolo della Scherma Nedo Nadi
P.za Casalbore, 1 - Stadio Vestuti
Tel. 089 220192 · nedonadisalerno@libero.it

• BENEVENTO

Accademia Olimpica di Scherma
Via Romoaldo II
Tel. 338 9670796 · accademiaolimpica@libero.it

Contribuisci a realizzare una mappa dello sport

Segnala punti d'interesse e segui l'aggiornamento della lista su www.insalute.club

inSalute.club è un allegato della rivista

Salutare®

f salutare.info

327 1184744

adv@salutare.info



Contenuti

Elevata qualità dei contenuti affidati ad alcuni dei più accreditati professionisti del settore sanitario

Distribuzione GRATUITA

Tramite espositori presso ASL, aziende ospedaliere, cliniche, farmacie, studi medici e tramite il servizio di spedizione in abbonamento postale

Web

Rivista sfogliabile anche on line

www.salutare.info

Museo delle Arti Sanitarie

L'arte di guarire, guarire con l'arte



Istituito nel 2010 si trova presso l'ospedale "Gli Incurabili" di Napoli.

Possiede una biblioteca e sale espositive, che si sviluppano sui 4 piani dell'edificio conservando una collezione privata di libri e strumenti medici, donazioni e beni di carattere storico-sanitario provenienti da antiche strutture ospedaliere afferenti all'ASL NA1 Centro, di cui il Museo rappresenta anche il centro di catalogazione, documentazione e ricerca.

Vecchi ferri e antichi strumenti medici, stampe e libri messi insieme per salvare la memoria della scuola medica napoletana e della storia sanitaria del Sud.

Un luogo della memoria delle arti sanitarie realizzato in sinergia con l'ospedale, l'ASL Napoli 1 centro e i volontari dell'associazione "Il faro d'Ippocrate" dove le sale espositive sono intitolate ai numi tutelari della scuola medica napoletana: **Domenico Cotugno, Domenico Cirillo, Giuseppe Moscati, Giovanni Ninni, etc...** Nel cortile degli Incurabili, tra gli eleganti elementi in piperno, le corti cinquecentesche e le antiche sale dell'ospedale fondato dalla catalana Maria Lorenza Longo, si respira un barocco un po' speciale: qui l'arte aiuta a guarire. In un tempo in cui le malattie erano collegate al castigo divino ed i farmaci ben poco efficienti, le preghiere di tante istituzioni dedite alla carità aiutarono a scongiurare malattie ed epidemie. Suore e frati con accanto volontari

la città. Macchine anatomiche del Settecento in cartapesta e stampe mediche testimoniano la vocazione per la dissezione fine dell'anatomia; farmacie portatili, antichi microscopi accanto a clisteri d'epoca raccontano l'evoluzione di una scienza e i suoi riflessi sulla società. In particolare si raccontano l'avventura del barbiere che si trasforma in chirurgo e gli esordi dell'anestesia, realizzata in Italia per la prima volta in questo Ospedale.

Scopri gli itinerari proposti dall'Associazione Il Faro di Ippocrate su www.insalute.club

**Museo delle Arti Sanitarie e di Storia della Medicina
Via Maria Lorenza Longo, 50 - Napoli
081.440647 - info@ilfardoppiocrate.it
www.museoartisanitarie.it**



Cassetta chirurgica 18b pz inizi XIX sec. Rispoli



Farmacia portatile. sec. XVIII



Farmacia storica degli Incurabili

di ogni ceto sociale della città alleviarono il dolore e le sofferenze e resero accettabile anche la morte. Se la Farmacia fu salone di rappresentanza di quello che fu poi, per il suo livello organizzativo e scientifico, l'ospedale di riferimento dell'intero Reame, non sono da meno la cappella dei Bianchi della Giustizia, la chiesa di Santa Maria del Popolo, lo scalone del convento delle Pentite e le splendide sale mediche. Insomma il visitatore nel cortile, che è un'autentica piazza del sapere medico, è preso dalla vertigine dei nomi e delle cose che rappresentano, secondo una visuale nuova per molti napoletani, la storia più profonda della città. **Medici illustri, pazienti eccellenti, predicatori e santi ispirati, insieme a volontari benevoli, costituirono un autentico monumento congiunto della carità e della cultura medica a Napoli.** La bellezza degli affreschi fiamminghi del chiostro di S. Maria delle Grazie a Caponapoli fanno da pendant all'orto medico con al centro il grande albero di canfora che dava ombra, profumi ed essenze che curarono i mali a quell'epoca incurabili.

Ma l'ospedale, accanto alle bellezze artistiche, rappresenta per Napoli un forte polo della cultura scientifica e in particolare medica: dall'Accademia degli Oziosi alla Scuola Medica Napoletana si legge il cammino di una scienza che nell'Illuminismo si affianca alla forte tradizione alchemico-esoterica che permea la cultura bio-medica dell'antica capitale. Qui la storia incontra la malattia e l'arte lenisce il dolore per lo stupore e l'incanto di chi osserva attraverso i fatti del dolore e della malattia la storia del-

Dott. Antonio Del Sorbo
Medico Chirurgo

Specialista
in Dermatologia
e Venereologia

**Dottore di Ricerca
in Dermatologia Sperimentale
Riceve a Salerno e Provincia**

Telefono: 338 6422985
Fax: 089 8422310
email: info@ildermatologorisponde.it

www.ildermatologorisponde.it



prodotti

Nei prodotti Ferrero solo nocciole irpine

Nocciolicultura: una pratica dominante nella verde Irpinia

La Ferrero Spa di Sant'Angelo dei Lombardi attiva in Irpinia il **Progetto Nocciola Italia** che propone la concreta opportunità di riconversione e valorizzazione di ampie superfici del territorio, diventando così strumento di sviluppo economico, sociale e sostenibile. Si tratta di un progetto di filiera già avviato in altre regioni come l'Umbria e il Piemonte, dove l'azienda leader mondiale nel comparto dolciario ha promosso importanti iniziative di riconversione di terreni e acquisto a km zero del prodotto, per amplificare il valore del prodotto e del made in Italy.

L'obiettivo incrocia gli indirizzi della politica agricola fissati dal Ministero per le politiche agricole sull'incremento delle coltivazioni, e quelli della Regione Campania, che ha messo

in campo una dotazione finanziaria straordinaria a sostegno dell'agricoltura e dell'ingresso dei giovani nel comparto. In Irpinia sono infatti centinaia i proprietari di fondi e terreni disposti a prendere contatti con l'azienda di Contrada Porrara di Sant'Angelo dei Lombardi per partecipare al progetto.

Progetto Nocciola Italia, è promosso dalla **Ferrero Hazelnut Company**, la divisione interna del Gruppo Ferrero interamente dedicata alla

nocciola, e mira a sviluppare una produzione corilicola 100% italiana, attraverso la creazione di un sistema di sviluppo territoriale, condiviso con gli attori della filiera, a sostegno degli imprenditori agricoli italiani.

L'Irpinia intanto, parte da una condizione di grande vantaggio, grazie al primato che conserva in Campania per la produzione di nocciole e frutta secca in generale.

La nocciolicultura è una pratica dominante soprattutto nei territori del Vallo di Lauro e nel Baianese, nella Valle del Sabato, nel Partenio e nella Valle Caudina. Le varietà Mortarella, Camponica e San Giovanni, sono riconosciute dal Ministero delle politiche agricole come "prodotto agroalimentare tradizionale italiano". Attraverso il progetto, l'azienda garantisce ai

produttori in ottica di lungo periodo, un impegno all'acquisto, mette a disposizione gratuitamente strumenti tecnologici per la gestione integrata e moderna delle piantagioni, per favorire il monitoraggio dello stato di salute dei nocciolieti, con l'obiettivo di generare un flusso di gestione delle piantagioni sostenibile e consapevole; si impegna nel creare una nuova filiera corilicola italiana seguendo i principi della tracciabilità e sostenibilità delle pro-



duzioni; mette a disposizione le proprie competenze nella scelta delle varietà più adatte e fornire consulenza, avvalendosi anche di importanti istituti di ricerca, in analisi "pedo-climatiche" per facilitare l'individuazione di aree idonee alla coltivazione del nocciolo.

La Ferrero Hazelnut Company si rivolge a tutte le associazioni di categoria del comparto agricolo per il lancio del "Progetto Nocciola Italiana", sull'intero territorio nazionale.

Sarà lanciato un programma di incontri ed eventi sul territorio, con i principali stakeholder dell'intero settore agricolo Italiano (Istituzioni, Associazioni di categoria, aggregazioni di produttori) per far conoscere e promuovere i principi ispiratori e il valore sociale ed economico, racchiusi nel Progetto Nocciola Italia.



Farmacia
Sabato

Le vostre domande.
le nostre risposte...

Via Carducci, 20/22 Avellino
tel. 0825 35409 • fax 0825 783724
farmacia@sabato.info

www.farmaciasabato.it



Villa Paradiso

CASA ALBERGO
PER ANZIANI

COMUNITÀ TUTELARE
PER PERSONE
NON AUTOSUFFICIENTI

Via Orto Campitelli, 3
PAROLISE (AV)
Reperti 0825 986496
Uffici 0825 21812

www.gruppoinsieme.com
www.casadiriposoavellino.com

Museo Vivente della Dieta Mediterranea e Museo Vivo del Mare

Nella suggestiva località costiera di Pioppi c'è un posto dove il racconto della Dieta mediterranea si unisce a quello del Cilento e del suo mare. È Palazzo Vinciprova, sede del Museo Vivente della Dieta Mediterranea e del Museo Vivo del Mare, che costituiscono una struttura didattica gestita dal 2013 da Legambiente onlus. Al primo piano del Palazzo è allestito il Museo della Dieta mediterranea, il quale si pone come luogo di divulgazione dei principi della Dieta mediterranea, stile di vita riconosciuto nel 2010 patrimonio culturale immateriale dell'umanità dall'Unesco. Dieta mediterranea che vede nella località cilentana la sua culla mondiale: qui infatti visse e studiò per oltre quarant'anni il suo teorizzatore, il biologo e fisiologo statunitense Ancel Keys. La struttura, rin-

novata nel 2016, comprende: la sala espositiva, con pannelli descrittivi, video e immagini che illustrano la storia e i principi della Dieta mediterranea, le sale laboratoriali, la tisaneria e la biblioteca personale di Ancel Keys, donata dalla famiglia al Comune di Pollica.



Al piano terra di Palazzo Vinciprova sorge invece il Museo Vivo del Mare che, attraverso dodici vasche distribuite in tre sale, ricostruisce diversi habitat marini tipici delle coste cilentane. Da segnalare la sezione multimediale interamente dedicata alle tartarughe marine, la vasca delle specie aliene, pesci tropicali che - migrando verso il Mar Mediterraneo - ne minacciano gli ecosistemi e la vasca dedicata alla pila dei rifiuti in mare.

A Palazzo Vinciprova si concentra una fitta serie di attività: visite guidate, laboratori, eventi. I laboratori per le scolaresche dedicati alla Dieta mediterranea sono: "La Dieta mediterranea, dal mito all'esperienza", "Per fare il miele ci vuole l'ape", "Alla riscoperta delle piante tintorie" e "L'arte della ceramica". I laboratori

sul mare sono invece: "Incolore, insapore, inodore. Viaggio tra le qualità di una sostanza incredibile: l'acqua", "In fondo al mar, la vita sommersa", "Dai rifiuti al mare" e "Il mare nel mito" (visita animata). Sono inoltre disponibili pacchetti da un'intera giornata alla scoperta delle eccellenze del territorio cilentano: "La via del grano", "Olio e dintorni", "Cheese, facciamo il formaggio" e "Tra fiume e mare".

Ricco il calendario di eventi che il Museo, nel corso dell'anno, ospita e organizza. Uno su tutti, il Festival della Dieta mediterranea, che si svolge da luglio a settembre ed è un contenitore di iniziative che ruotano intorno agli aspetti culturali e antropologici più interessanti dello stile di vita mediterraneo.

La manifestazione, promossa da Legambiente onlus e dal Comune di Pollica con il patrocinio del Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni, comprende incontri, dibattiti, laboratori, showcooking, spettacoli teatrali per bambini, concerti musicali, escursioni e tante altre attività.

La base logistica è il Museo, ma gli eventi si sviluppano in tutta la località cilentana.

Inoltre il Museo Vivente della Dieta Mediterranea e il Museo Vivo del Mare fanno parte della rete della Cilento Green Card, un progetto di valorizzazione del territorio promosso da Legambiente Onlus con il patrocinio della Regione Campania e del Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni. Il pass turistico annuale permette di accedere a prezzo



agevolato a una serie di musei, aree archeologiche e aree naturalistiche comprese nel territorio del Parco.

La struttura museale di Pioppi rappresenta una preziosa occasione per trasmettere, a partire dalle nuove generazioni, modelli di vita sani e sostenibili per la salute e per l'ambiente, nonché per promuovere la valorizzazione del variegato patrimonio culturale e naturalistico del Cilento.

Museo Vivente della Dieta Mediterranea e Museo Vivo del Mare

Via Caracciolo 192 - Pioppi, Pollica (Sa)
Tel. 0974 90 50 59

www.ecomuseodietamediterranea.it

www.museovivodelmare.it

Aperto tutto l'anno, chiuso il martedì



Farmacia del Daino

AUTOANALISI DEL SANGUE
MISURAZIONE DELLA PRESSIONE
ALIMENTI SPECIALI
NATUROPATIA E MEDICINA COMPLEMENTARE
OMEOPATIA E FIORI DI BACH
CONSIGLI PER PROBLEMI DI INTOLLERANZA
LABORATORIO PER PREPARAZIONI GALENICHE
VETERINARIA

La farmacia del Daino
situata ad Avellino.
Fondata all'inizio dell'800
e tramandata da padre in figlio.

Molto rinomata e conosciuta
per le sue preparazioni galeniche

Farmacia del Daino
Via Perrottelli, 4 • Avellino
Tel: 0825 38145

www.farmaciadeldaino.it



luoghi

Mangiare vegano

Cinque idee tra Napoli e provincia

Mangiare vegano può essere una tendenza, ma per molti altri un'esigenza a cui non si può rinunciare. Vi segnaliamo cinque ottimi ristoranti in cui mangiare a buon prezzo tra Napoli e provincia.

1 PIPERITA

Viale dei Platani, 2, Casalnuovo di Napoli (NA)

Alle porte di Napoli, il ristorante Piperita riesce a soddisfare a pieno le richieste dei propri clienti.

La qualità del cibo è ottima e i prezzi per niente eccessivi. Da provare: fusilli di canapa in crema di anacardi, rosti di patate con insalata russa e pizza con impasto integrale ai fiori di zucca e crema di pistacchio.

2 'O GRIN

Via Mezzocannone, 83 - Napoli

Un punto di ristorazione ed incontro, in piena zona universitaria.

Nato dal progetto di Stefano, Imma e Luigi, tre giovani uniti dal desiderio di rispettare e valo-

rizzare i doni della Terra.

La posizione strategica fa sì che il locale sia meta di vegani e di chi desidera approcciarsi per la prima volta a questo tipo di cucina.

3 VITTO PITAGORICO

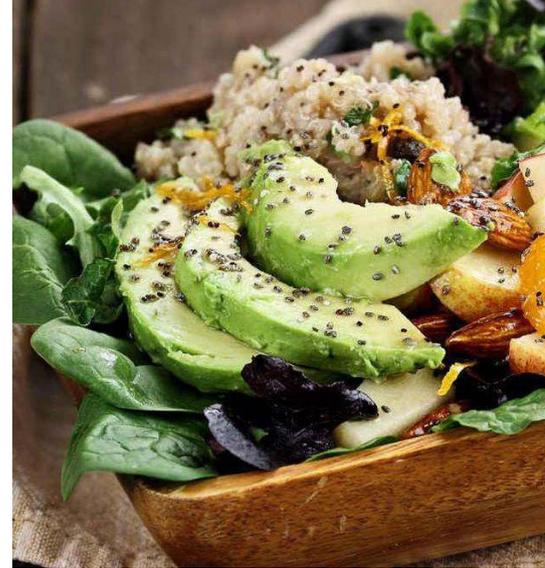
Piazza Museo, 15, Napoli

Di fronte al Museo Archeologico Nazionale di Napoli, offre una vasta scelta di piatti vegani, vegetariani e crudisti, accontentando però anche coloro che non hanno abbracciato questo tipo di filosofia: una vera soddisfazione per tutti i palati.

4 CENTOPERCENTO VEGETALE

Via Bagnulo, 146, Piano di Sorrento (NA)

La società Chlorofellas ha dato vita ad un nuovo



progetto, con lo scopo di diffondere la tendenza al rispetto verso persone, animali e ambiente. CentoperCento vegetale nasce, quindi, come minimarket, dove è possibile reperire formaggi, salumi e dolci a condimento interamente vegetale, che non possono essere trovati negli altri supermercati.

5 MANGIAFOGLIA

Via G. Carducci, 32 - Napoli

Nel cuore del quartiere Chiaia, nasce nel 2014 questo innovativo ristorante.

Il Mangiafoglia si colloca a pieno nel solco della tradizione napoletana, reinterpretandone sapori e gusti in chiave prettamente vegetariana: un paradiso per chi desidera rispettare il pianeta, senza rinunciare agli aromi della propria terra.

Le intolleranze alimentari sono reazioni avverse ad alimenti e si manifestano con sintomi gastrointestinali (stitichezza, gonfiore, dolore addominale, alterazioni delle abitudini intestinali) e non gastrointestinali (cefalea, stato confusionale, depressione, dolori muscolari e/o articolari, eruzioni cutanee).

Per migliorare la qualità della vita dei pazienti con intolleranze alimentari è bene iniziare un percorso diagnostico, effettuando incontri con specialisti del settore e sottoponendosi a test di laboratorio scientificamente validati.



Prenota il tuo test

Presso il Laboratorio Gaeta, potrai partecipare alle giornate di incontro con medici specialisti per le seguenti attività di screening

- Allergia alimentare e sindrome da allergia sistemica al nichel (SNAS).
- Celiachia e sensibilità al glutine.
- Disbiosi intestinale e sindrome da contaminazione batterica dell'intestino tenue (SIBO).
- Intolleranza al lattosio.
- Malattie del metabolismo dei lipidi (ipercolesterolemia e ipertrigliceridemia), acido urico (gotta) e carboidrati (iperglicemia, diabete e sindrome metabolica).
- Malattie infiammatorie dell'intestino (IBD) e sindrome dell'intestino irritabile.

Laboratorio Gaeta

Avellino Via Campana, 30 • tel. 0825-23706
www.laboratoriogaeta.it • laboratorio.gaeta@gmail.com



Gemelli
Fondazione Policlinico Universitario A. Gemelli
Università Cattolica del Sacro Cuore

Dott. Francesco Gaeta

Specialista in Allergologia e Immunologia Clinica Unità di Allergologia
Fond. Policlinico Universitario A. Gemelli di Roma
francesco.gaeta@policlinicogemelli.it



cultura



luoghi

Le ore del sole

Una mostra per raccontare la misura e la percezione del tempo

www.museoarcheologiconapoli.it

Museo Archeologico Nazionale di Napoli

21 settembre/31 gennaio 2019

“Le ore del sole. Geometria e astronomia negli antichi orologi solari romani”, un racconto appassionato ed entusiasmante, costruito in sinergia con il Diarc - Dipartimento di Architettura dell'ateneo fridericiano e realizzato a cura della prof.ssa Alessandra Pagliano. La mostra si configurerà, di fatto, come un vero e proprio inno alla multidisciplinarietà, concepita come lente d'ingrandimento privilegiata da cui osservare il passato: geometria, astronomia, nuove tecnologie, storia dell'architettura e restauro saranno i campi del sa-

pere intrecciati per ridare vita ad una scienza, la gnomonica, che, tramite lo studio della traiettoria del sole, era usata dagli antichi sia come calendario, sia per scandire il passare delle ore diurne.

Con il sussidio della fotogrammetria digitale e delle moderne tecnologie, utilizzando stampe in 3D degli antichi orologi con lo gnomone riposizionato, i visitatori potranno intraprendere, così, un vero e proprio viaggio nel tempo, in cui verrà riscoperta la maestria delle civiltà antiche, che rappresentano ancora un modello di rigore scientifico per la società postmoderna.

Il progetto espositivo de “Le ore del sole”, inoltre, è stato realizzato anche grazie alla sensibilità di due Mecenate, la Maison Brinkmann

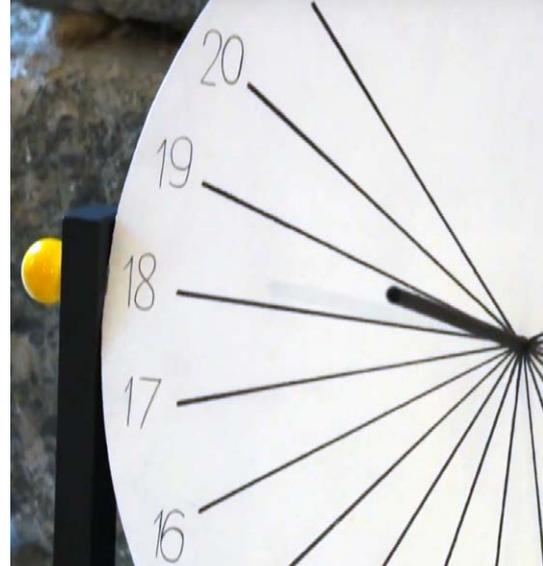
e Gnosis Progetti, che hanno inteso sostenere l'iter di valorizzazione degli orologi storici del Museo. Accanto al tradizionale percorso espositivo, infine, il Museo proporrà un'intensa attività di laboratori e visite ad hoc, per favorire la divulgazione, anche ai più piccoli, dei contenuti dell'esposizione.

Speciale Laboratori

Visita laboratorio per famiglie ore 11.30 (durata 1 h e 30 min.)

- sabato 27 ottobre
- sabato 24 novembre
- domenica 16 dicembre

Con l'aiuto di plastici che riproducono antichi orologi solari orizzontali, verticali e conici. I visitatori saranno accompagnati da racconti illustrati ed impareranno a leggere le ore del



sole in compagnia di Augusto, Papa Gregorio e tanti altri personaggi, con la prof.ssa Alessandra Pagliano e gli studenti del DIARC, in collaborazione con il Servizio Educativo del MANN.

La partecipazione è gratuita.

Prenotazione obbligatoria.

Tel. 081 4422328 dal lun al ven, ore: 09/15

Sarà prevista una visita/evento venerdì 21 dicembre (ore 11.30), per osservare direttamente ed in realtà virtuale, con l'utilizzo di visori, il mezzogiorno astronomico lungo la linea della Meridiana del Gran Salone.

La partecipazione è gratuita.

Prenotazione obbligatoria.

Tel. 081 4422328 dal lun al ven, ore: 09/15.



A Pesco Sannita lo Zoo innovativo delle Maitine

ZOO della Maitine

Nato dalla passione di Bartolomeo Maio per la natura, l'etologia e gli animali, è un ampio spazio che accoglie dal 2016 specie animali provenienti da diverse parti del mondo.

Lo Zoo di Pesco Sannita in provincia di Benevento, attualmente copre un'area di circa 4 ettari. Ha 30 reparti che contengono 70 specie per un totale di oltre 300 animali.

Sin dall'inizio l'esposizione è stata strutturata in grandi aree geografiche indicate con nomi suggestivi, come: Le Terre D'Africa, I Colori del Sud America, Lo Spirito D'Australia ecc..

A volte più specie della stessa area convivono nella medesima struttura, in modo da ricreare al meglio l'ambiente di origine. Di prossima realizzazione, l'ampliamento per le specie di animali ospiti, di nuove aree come

Il Vecchio Continente, per la fauna europea o come L'Incanto del Neartico, per la fauna del Nord America; oppure Il Paese dei Balocchi, dedicata alle attività ludiche, anche ai fini educativi.

La Fattoria degli Animali è un'area dove i Visitatori hanno la possibilità, sotto la supervisione di un Keeper, di venire a contatto con gli animali. Ad accogliere i visitatori anche un attrezzato bar/bistrot dove poter consumare bevande, panini, snack, gelati.

Lo Zoo delle Maitine è stato progettato, realizzato e viene gestito dalla Direzione e dai Keepers con l'obiettivo di garantire agli animali ospiti, benessere fisico e mentale, offrendo la possibilità ai visitatori di ammirare particolarissime specie animali in libertà e in sicurezza.

Insomma questo Zoo merita proprio una visita!

www.zoodellemaitine.it





Segnala un evento
eventi@insalute.club

I momenti d'incontro
sono occasioni importanti
di **condivisione e interazione.**

Scopri le iniziative dedicate
al benessere, sport, sociale,
salute e cultura.

SERINO (Av)



XXI Giornata Pediatria Irpina

10 novembre 2018

Temi del convegno: Vaccinazioni obbligatorie e raccomandate; Formule speciali: dal neonato al lattante; Vari casi di malassorbimento; Ruolo del laboratorio di microbiologia per la medicina del territorio; e molti altri. Info su www.insalute.club

Hotel Serino

Via Terminio, 119 Tel 055 2302663 - info@ideasgroup.it

CAPUA (Ce)



Annibale a Capua

fino al 28 ottobre 2018

Importante mostra che ripercorre un viaggio a ritroso nel tempo, alla ricerca della verità sulla spedizione di Annibale e sulla sua permanenza nella città campana che, per i romani del tempo, fu l'inizio della (sua) fine.

Museo Archeologico

Info 349 4274706

NAPOLI



Riccardo Muti al San Carlo

dal 25 novembre al 4 dicembre 2018

Il *Così fan tutte* d'inaugurazione segna il ritorno di Riccardo Muti alla direzione di un'opera al Teatro San Carlo. Questa coproduzione vede impegnate, per la prima volta insieme, Napoli e Vienna. Riannoda, inoltre, un prezioso filo culturale tra le due città.

Centro città

Info: fdgcampolimit@libero.it • FB: Calici di Stelle

TEGGIANO (Sa)



Teggiano Antiqua

dal 31 ottobre al 4 novembre 2018

La Mostra Mercato Nazionale dell'Antiquariato e del Collezionismo nel corso della quale sarà possibile ammirare e acquistare quanto di meglio propone attualmente il mercato nazionale. È il più importante evento sull'Antiquariato del Sud Italia.

Castello Macchiaroli

info line: 338 2104159

BENEVENTO



Festival Fantasiologico

dal 22 al 25 novembre 2018

Ideatore e curatore del festival è lo studioso Massimo Carrese. Ci saranno laboratori, mostre, esposizioni, performance con ospiti che si confronteranno sulla fantasia, immaginazione e creatività viste nella vita quotidiana e nelle diverse discipline.

Rocca dei Rettori

fantasiologo@fantasiologo.com - 389 6039405



Avellino

Via Circumvallazione, 118
Tel: 0825 781815 | Fax: 0825 781815
e-mail: cosedamat@gmail.com



Cose da Mat

è un laboratorio
specializzato nella
pasticceria salutistica

La produzione quotidiana contempla esclusivamente alimenti freschi ottenuti con l'impiego di farine alternative e prodotti di alta qualità garantiti senza glutine.

L'interpretazione salutistica del cibo e l'assenza di rischi di contaminazione permette a Cose da Mat di offrire ai clienti con intolleranze al glutine, alle proteine del latte e delle uova, ai lieviti, il piacere di un dolce sano, gustoso e sicuro.

Ogni giorno Cose da Mat sforna fragranti cornetti e deliziosi biscotti, panini, pizze e rustici di pasta sfoglia disponibili per catering e una vasta gamma di dolci tradizionali e rivisitati, torte classiche e moderne, decorate e personalizzate anche in cake design.

Cose da Mat è anche un esercizio convenzionato ASL per l'erogazione dei prodotti senza glutine.



Segnala il tuo libro:

book@insalute.club

WhatsApp 327 118 47 44

Leggere rilassa la mente,
aiuta a diventare empatici
e abbassa i livelli di stress.

Dedicarsi a un buon libro
aiuta a coltivare
l'immaginazione e a vivere
i sentimenti altrui
come fossero nostri.



Oltre la fiaba

Autrice
Elena Opromolla

Fiabe moderne illustrate in collaborazione con gli alunni e il dirigente del Liceo Artistico Paolo Anania De Luca di Avellino.

Le fiabe come simbolo della vita; come rappresentazione delle dinamiche relazionali; come rappresentazione del bene e del male attraverso i personaggi che le animano.

Le fiabe come strumento di arteterapia; come mondo incantato dove perdersi in un gioco che allena alla vita. Le fiabe come prototipo di qualsiasi altro genere narrativo. Le fiabe oggi come allegoria del vissuto dei bambini.

Racconti illustrati, storie e documenti per bambini dai 3 ai 12 anni che trasmettono i valori umanistici di pace, rispetto e dialogo ed educano ai diritti umani. Una collana pedagogica ma non pedante, in cui umore, fantasia, mistero e poesia alimentano i sogni e le aspirazioni dei piccoli (e grandi) lettori.

Copertina flessibile 650 pagine
Editore Ass. Multimage (11 maggio 2017)
ISBN-10: 8899050392
ISBN-13: 978-8899050399
€ 12,00



Allegri che tra poco si muore

Autore
Luigi Capone

Dall'Irpinia il libro paranoico dell'anno

Luigi Capone, autore del libro, stanco di esprimersi soltanto attraverso i blog e i social e in un periodo storico in cui i libri sono detestati, odiati, derisi e bruciati, in controtendenza e 'dalla parte degli emarginati' scrive questo libro. Luigi, 33enne, originario di Nusco e ideatore della conosciutissima pagina Facebook "Irpinia Paranoica", scrive il suo primo romanzo che narra l'Irpinia del precariato, dei bar e della periferia. Dei tantissimi giovani in fuga alla ricerca de "lu postu" di lavoro. Di una generazione e a una generazione, quella dei nativi digitali, dei precari, degli emotivamente instabili e degli eterni adolescenti divenuti trentenni appassiti. La cornice è quella di mille e più bar, che come piccoli limbi di penitenza disegnano situazioni grottesche. Amaro, intensamente depressivo, sconsolato e sconsolante, questo è però anche – inevitabilmente – un libro divertente, di una desolazione catartica che trova nella comicità il suo destino inesorabile.

Copertina flessibile: 176 pagine
Editore: Edizioni Artestampa (21 giugno 2018)
ISBN-10: 8864625933
ISBN-13: 978-8864625935
€ 15,00



“ **Scopri il piacere
di rendere
felici gli altri** ”

Se ti piace stare bene,
condividere e consigliare sui temi
della salute e del benessere,
InSalute.club
ti vuole nella squadra!

www.insalute.club/ambasciatore

**DIVENTA
AMBASCIATORE
DEL BENESSERE**

Un Ambasciatore del
Benessere adotta in prima
persona uno stile di vita sano,
condivide i suggerimenti,
i prodotti, le esperienze
e se ne fa promotore.

Condividi **InSalute.club**
sui tuoi profili social
**Richiedi le riviste da distribuire
ai tuoi amici, nella tua attività
o presso la sede della tua
associazione.**
Inviaci le tue segnalazioni
e le tue opinioni
**Diventa portavoce
di una vita sana e felice**



vantaggi

Offerte delle Aziende che aderiscono al circuito inSalute.club

Scopri come ottenere questi ed altri vantaggi www.insalute.club/vantaggi

SCONTO 10%



Corsi di formazione

Per certificazione EiPass, sulla sicurezza di cui al D.Lgs 81/2008, Formazione Online Igiene Alimentare, Formazione in ambito medico ECM, e molti altri
Valido fino al 31 Dicembre 2018

Alteredu S.r.l.

TERRANOVA DA S.(CS) C.so Margherita, 298 - Tel. 334 9661240

€ 2,00 anziché € 3,00



Ingresso al Museo

Sconto del 30% sul costo del biglietto d'ingresso
Valido fino al 31 Dicembre 2018

Museo Vivente della Dieta mediterranea e Museo Vivo del Mare PIOPPI, POLLICA (SA) Via Caracciolo 192 - Tel. 0974 905059

€ 8,00 anziché € 10,00



Ingresso al Museo

Sconto del 20% sul contributo d'ingresso destinato al fondo restauri e manutenzione del Museo.
Valido fino al 31 Dicembre 2018

Museo delle Arti Sanitarie e di Storia della Medicina NAPOLI Via M. L. Longo, 50 - Tel. 081 440647

SCONTO 5%



Esami laboratorio e strumentali

Lo sconto è applicato su tutti gli esami di laboratorio e strumentali
Valido fino al 31 Dicembre 2018

Gammacord Sanniotac

BENEVENTO Viale Mellusi, 95 - Tel. 0824 315725

€ 15,00



Visita alla cantina

Visita della Cantina, Brunch e Degustazione guidata dei vini (durata 2 h)
Valido fino al 31 Dicembre 2018

Antico Castello Winery

S. MANGO S. C. (Av) C.da Poppano, 11 Bis - Tel. 328 10 76 491

INSTALLAZIONE GRATIS



Impianto Ultrafiltrazione

Impianto Ultrafiltrazione Mosè per purificare l'acqua domestica. 120,00 € canone annuo (10,00 € al mese)
Valido fino al 31 Dicembre 2018

IHS - Italian Hidro Solution

AVELLINO Via Appia, 124 - Numero Verde: 800 984705

SCONTO 10%

CORSO DI ALTA CUCINA



laboratori con chef stellati e visite alle aziende di eccellenza campane

SCONTO 10%



Corso di Alta Cucina

Corso professionale di alta cucina che prevede: 3960,00 € anziché 4400,00 €
Valido fino al 31 Dicembre 2018

ASSOAPI

AVELLINO Via Fioretti, 8 - Numero Verde: 800 598683

€ 45,00



Pulizia Dentale

Pulizia dentale con **Visita** ed eventuale **radiografia GRATUITA**
Valido fino al 31 Dicembre 2018

ODONTO ANEST

MONTEFORTE (Av) Via Roma, 90 - Numero Verde: 800 912959

€ 40,00 anziché € 50,00



Shampoo e lozione anticaduta

Contiene estratto di luppolo che inibisce fortemente l'attività del rallentato metabolismo dei cheratinociti e di conseguenza dei follicoli piliferi.
Valido fino al 31 Dicembre 2018

TriconLine

AVELLINO Via Giuseppe Verdi, 30 - Tel. 0825 35005

SCONTO 10%



Parapendio e Deltaplano

Lo sconto è applicato su voli per una o due persone e sui corsi di formazione
Valido fino al 31 Dicembre 2018

Centro Volo Campania

SANT'AGATA DEI GOTI (Bn) - Tel. 360 216291

Segnala un prodotto o un servizio a chi vuole stare bene

Non ti chiediamo uno sconto insostenibile a discapito della qualità dei tuoi servizi, ti chiediamo solo di pensare ad uno sconto adeguato, vero, trasparente ed esclusivo a favore degli utenti.

Entra a far parte del club di InSalute!

Compila il form su www.insalute.club

ULTRAFILTRAZIONE MOSE

Progetto di uno
SVILUPPO ECO SOSTENIBILE
per la comunità

Solo 5 cent
al litro



La casa dell'acqua Ultrafiltrazione Mosè

è un distributore di acqua potabile che il comune mette a disposizione dei cittadini, è in grado di erogare acqua refrigerata, naturale o frizzante con un sistema di filtrazione conforme alle normative ministeriali, sempre e comunque controllata, debatterizzata e filtrata.

Valorizza l'acqua del territorio

attingendo dalla rete del pubblico acquedotto ne esalta le proprietà organolettiche apportando un'azione antibatterica.

Garantisce alla comunità innumerevoli vantaggi

promuove comportamenti e stili di vita responsabili e rispettosi per l'ambiente; riduce i rifiuti plastici delle bottiglie d'acqua; costituisce una fonte di risparmio economico per le famiglie: solo 0,05 €/L.



Numero Verde
800 984705

Via Appia, 124
Atripalda (Av)
Tel. 0825 622400
www.ihs.srl



Atripalda



Castel Baronia



Grottaminarda



Grottolella



Lioni



Melito Irpino



Sturno



Torella dei Lombardi



Vallesaccarda



Villamaia



Volturara Irpina



#insaluteclub



inSalute lo trovi:
nelle sale d'attesa di studi medici,
centri per il benessere e lo sport,
cliniche, Asl e farmacie.

e sul sito:

www.insalute.club



Promova
Progetto grafico: Promova Coop. Soc. Onlus