

Speciale Vacanze

Alghero in B&B
Porto Cervo - Colonna Park Hotel
Grand Hotel Smeraldo Beach
Is Morus Relais
Telis Village
Malta
Malta in Tour
Praga e Boemia
Praga
Vienna
Vienna, Bratislava e Budapest in Tour

Economia

Andamento lento

Comuni

Albagiara	Elmas	Olbia	San Giovanni Suergiu	Sinnai
Arborea	Fluminimaggiore	Oristano	S. Andrea Frius	Sorso
Arbus	Furtei	Ortelli	Sant'Antioco	Telti
Assemmini	Gonnesa	Ortacesus	San Gavino Monreale	Terralba
Assolo	Guasila	Ovodda	San Vero Milis	Tratalias
Busachi	Guspini	Ozieri	Santadi	Tuili
Cagliari	Iglesias	Paulilatino	Sardara	Usini
Capoterra	La Maddalena	Perdaxius	Sarroch	Villacidro
Carbonia	Lula	Portoscuso	Sassari	Villagrande Strisaili
Carloforte	Mara	Pula	Selargius	Villamar
Decimoputzu	Maracalagonis	Quartucciu	Seneghe	Villanovafranca
Decimomannu	Mon serrato	Quartu Sant'Elena	Serramanna	Villasimius
Dolianova	Morgongiori	Samassi	Sestu	Villasor
Domusnovas	Narcao	Samatzai	Settimo San Pietro	Villa Sant'Antonio
Dorgali	Nuoro	San basilio	Simaxis	Zerfaliu

Enti Nazionali - Consorzi - Istituzioni Locali

- | | | |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> Anas ATA - Azienda Trasporti Pubblici Nuoro CIAA Nuoro CIAA Oristano CIAA Sassari Consorzio 21 Consorzio di Bonifica | <ul style="list-style-type: none"> della Sardegna Meridionale Consorzio per il Nucleo Industriale del Sulcis Iglesiente Consorzio di Bonifica della Nurra Consorzio Interprovinciale per la Frutticoltura di Cagliari Ferrovie della Sardegna | <ul style="list-style-type: none"> CTM Istituzione dei concerti "Pierluigi da Palestrina" Istituto Zooprofilattico della Sardegna Poste Italiane Università degli studi di Sassari Consorzio ASI Area Sviluppo Industriale |
|--|--|---|

Ministeri

- | | | |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> Arma dei Carabinieri Aeronautica Militare Cortei dei conti Esercito italiano Guardia di Finanza Agenzia delle Entrate Agenzia delle Dogane Ministero della Salute | <ul style="list-style-type: none"> Ministero della Difesa - Civili Ministero del Lavoro e Prev. Sociale Ministero dell'Istruzione Ministero del Tesoro D.C. Uff. Locali Ministero dell'Economia e Finanza. Ministero Giustizia Amm.ne Polizia penitenziaria Ministero Trasporti e Navigazione | <ul style="list-style-type: none"> Ministero Giustizia Org. Giudiziaria Ministero delle Attività Produttive Ministero della Difesa Marina Militare Ministero della Giustizia Ministero delle Finanze Ministero delle Risorse Agricole Ministero del Commercio con l'estero Ragioneria Generale della Sardegna |
|--|--|---|

Aziende Sanitarie

- | | | |
|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Asl 1 Sassari Asl 2 Olbia Asl 3 Nuoro Asl 4 Lanusei | <ul style="list-style-type: none"> Asl 5 Oristano Asl 6 Sanluri Asl 7 Carbonia Asl 8 Cagliari | <ul style="list-style-type: none"> Azienda Ospedaliera Brotzu Azienda Ospedaliero Universitaria di Cagliari |
|--|---|--|

Provincie e Comunità Montane

- | | | |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> Cagliari Nuoro Oristano | <ul style="list-style-type: none"> Sassari Carbonia - Iglesias Comunità Montana del Barigadu | <ul style="list-style-type: none"> Comunità Montana del Monte Linas XIII Comunità Montana "Sarcidano Barbagia di Seulo" - Isili |
|---|--|---|

Regioni ed Enti Strumentali

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Consiglio Regionale della Sardegna Cras Regione Autonoma della Sardegna Ersu Cagliari Ersat | <ul style="list-style-type: none"> Istituto di incremento ippico Esaf Istituto zootecnico caseario per la Sardegna Esit Ept |
|---|--|

COMUNICATO AI SOCI

Siamo lieti di informare i soci che successivamente all'uscita del ns. comunicato dello scorso numero siamo riusciti, grazie alla variazione della struttura distributiva ed a una ottimizzazione dei costi, a garantire la continuità dell'uscita del giornale in formato cartaceo, che continuerà dunque come di consueto ad essere recapitato al domicilio di tutti i soci.

4

[turismo]

Alghero in B&B
 Porto Cervo - Colonna Park Hotel
 Grand Hotel Smeraldo Beach
 Is Morus Relais
 Telis Village
 Malta, Malta in Tour
 Praga e Boemia
 Praga, Praga Low Cost
 Vienna e Vienna, Bratislava e Budapest in Tour



17

[il parere dello psichiatra]

Chiamale se vuoi...emozioni



18

[il parere dell'avvocato]

Delitti contro l'onore - Diffamazione



19

[il parere dell'assicuratore]

Rassicuriamoci

20

[pagina economica]

Andamento lento



22

[cinema]

I Film in uscita a Giugno e Luglio: in evidenza Toy Story 3 e la saga di Twilight

Direttore responsabile	Pietro Satta	Redazione, Pubblicità, Amministrazione	Via del Fangario, 27 - 09122 Cagliari - Tel. 070 275121 Fax 070 252048 www.ciemmeesse.it e-mail: ciemmeesse@ciemmeesse.it
Coordinatore Editoriale	Massimo Sainas	Ufficio CMS Cagliari	Via del Fangario, 27 - 09122 Cagliari Tel. 070 275121 Fax 070 252048
Staff Editoriale	Claudio Cadeddu Roberto Bianchi, Massimo Sainas, Luisa Guidi	Ufficio CMS Oristano	Via Segni, 3 - 09170 Oristano Tel./Fax 0783 300541 Tel./Fax 0784 36168
Progetto grafico	Massimo Sainas	Editore Biesse Servizi srl	Via del Fangario, 27 - 09122 Cagliari Tel. 070 275121 Fax 070 252048 Reg. Trib. Cagliari n.40 del 19/11/1995
Foto	Foto di copertina: per gentile concessione dell'Hotel Is Morus Fotoarchivio "I Sardi", Massimo Sainas, Francesco Nonnoi, Alessandro Cani		
Prestampa e Stampa	Sainas Industrie Grafiche Italy - Cagliari		

COMUNICATO AI SOCI INIZIATIVE TURISTICHE

Ricordiamo a tutti i soci che come ogni anno la CMS chiuderà per ferie estive dal 9 al 27 agosto. SOLO per le informazioni relative ai viaggi ed alle prenotazioni dei pacchetti vacanza proposti dalla CMS rimane attivo il seguente numero di cellulare: 392/9641470

Estate in B&B

Offerta valida per tutta l'estate

a cura della CMS



Quota a persona
in camera doppia standard
(prezzo soci)

euro **25,00**

E' possibile avere anche
la pensione completa o
la mezza pensione,
il costo del pasto è
di euro 20,00 comprese
le bevande e caffè

Riduzioni:

bimbi 0/2 anni gratis
bimbi 3/10 anni 30%

Supplemento singola: +20%

A soli 24 km da Alghero, 12km dal mare di Poglina, si trova Villanova Monteleone, un paese da scoprire in un contesto ancora naturale dove sarà possibile alloggiare nel B&B Su Cantaru, appena ristrutturato e arredato in stile tipico sardo.

Il paese si trova a 567 metri sul livello del mare e la sera, anche nel mese di agosto è la meta ideale per chi vuole riposare senza il caldo afoso o il chiasso delle grandi



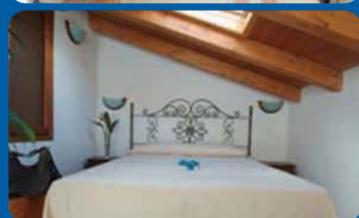
città turistiche, ideale per anziani, famiglie con bambini e giovani coppie (è disponibile anche una camera per portatori di handicap) e tramite un servizio catering si possono organizzare pranzi e cene per chi preferisce cenare in tranquillità a casa o in giardino.

Inoltre, c'è la possibilità di effettuare: escursioni con guida a piedi su tutto il territorio dal mare alla montagna; passeggiate a cavallo; giornate di pesca al lago di Monteleone; arrampicata sulle ardesie di Monteleone; giornata e pranzo in campagna con il pastore e fattoria didattica; mountain bike; corsi di canoa; tiro al piattello.

I cani e i gatti sono benvenuti!!!

Tutte le camere sono arredate in stile tipico sardo, fornite di tv satellitare, frigo bar, bagno privato con phon, set di cortesia e biancheria, a disposizione degli ospiti un cortile con forno e barbecue per le prime colazioni o per organizzare cene tra amici, un giardino in fase di ristrutturazione con alberi da frutto per i clienti.

Sito Internet: www.albergodiffusovillanova.it



Per informazioni e/o prenotazioni

rivolgersi alla CMS dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 19.00, tel. 070275121 e www.ciemmeesse.it.

Porto Cervo - Colonna Park Hotel

Tutto il mese di Agosto

a cura della CMS



**Dal 1 al 8
e dal 16 al 31 Agosto**

Quota a persona
in camera doppia standard
al giorno (prezzo soci)

euro **85,00**

Al giorno in pensione completa
bevande incluse
- 1/4 vino della casa -
- 1/2 acqua minerale -

Dal 9 al 15 Agosto

Quota a persona
in camera doppia standard
al giorno (prezzo soci)

euro **105,00**

Al giorno in pensione completa
bevande incluse

**Il 15 Agosto è compresa
la Cena di Gala
(bevande escluse)
con musica dal vivo**

Riduzioni:

bimbi 0/2 anni gratis
bimbi 3/12 anni 50%
oltre 12 anni 20%

Supplementi:

doppia uso singola
euro 25,00 a notte

Il Colonna Park Hotel si sviluppa in un parco-giardino di circa 20.000 metri quadrati, in prossimità della Marina di Porto Cervo, a circa 800 metri dalla spiaggia di Cala Granu ed a circa 1.500 metri dalla spiaggia del Pevero. Porto Cervo non ha bisogno di grande presentazione. È nel cuore della Costa Smeralda, che non è solo luogo di mondanità occasionale, ma è qualcosa di più e di meglio; è la perla di tutta la Costa e di tutte le isole che la circondano, dove si coniuga molto bene ambiente, architettura, semplicità, lusso, ordine ed armonia. L'Hotel è posto al centro del parco: sembra una grande villa, nonostante i suoi 160 letti complessivi, circondati da ginepri, mirto, corbezzolo, rosmarino e tanto prato verde. Le camere, dotate di tutti i comfort, sono arredate con grande originalità ed offrono, come tutte le parti dell'hotel, un'ambiente caldo e raffinato. Lo Shopping ed il Divertimento sono garantiti dalle boutiques più esclusive e dalle discoteche più famose di Porto Cervo.



Il Mare, con le spiagge più belle del mondo, non molto lontane, è raggiungibile autonomamente o con la "navetta" dell'hotel, ad orari prestabiliti. Il Porto, con le "barche" più esclusive dell'intero mare Mediterraneo, ma anche con disponibilità di attracco di piccole e piccolissime imbarcazioni. Lo Sport, con il rinomato Tennis Club di Porto Cervo, il Golf Club Pevero, con le sue 18 buche nello scenario di Cala di Volpe, le rinomate manifestazioni veliche. Noleggio auto, moto e biciclette con consegna e riconsegna direttamente in Hotel.



Posti Limitati - Per informazioni e/o prenotazioni

rivolgersi alla CMS dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 19.00 - tel. 070275121 e www.ciemmeesse.it.

Grand Hotel Smeraldo Beach

Baja Sardinia - dal 27 al 29 Agosto

a cura della CMS



Quota a persona
in camera doppia standard
(prezzo soci)

euro **240,00**

2 giorni in pensione completa
bevande incluse
- 1/4 vino della casa -
- 1/2 acqua minerale -

Riduzioni:

bimbi 0/2 anni gratis
bimbi 3/11 anni 50%
oltre 12 anni 20%

Supplemento doppia uso singola
euro 60,00 al giorno
Giorno aggiuntivo euro 120,00

È un'importante struttura ricettiva inserita tra il verde dei giardini e le rocce granitiche di colore rosa pastello, spesso levigate dal vento che le modellano in forme bizzarre e diverse, di incomparabile bellezza, tanto da creare emozioni indimenticabili. Dispone di 400 posti letto distribuiti tra camere "Standard, Vista Mare laterale, Fronte Mare e Suites", tutte con i comforts delle "quattro stelle Superiore".



Arredato con sobrietà, uniformato alla tipologia della "Costa Smeralda" con arredi e corredi che, nella loro semplicità, costituiscono i punti di maggiore e comune gradimento. Stoffe sobrie, spesso tessute in Sardegna, dai colori forti, ma anche vivi, piacevoli, dalle sensazioni aspre ma anche autentiche, geniali, uniche, lontane dallo sfarzo, ma nate dall'eleganza delle cose semplici.



Posti Limitati - Per informazioni e/o prenotazioni

rivolgersi alla CMS dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 19.00 - tel. 070275121 e www.ciemmeesse.it.

Is Morus Relais

Le offerte di Agosto e Settembre

a cura della CMS



Quote di riservate ai soci

Dal 8 al 15 Agosto
Dal 15 al 22 Agosto
euro **1.250,00**

Dal 18 al 22 Agosto
euro **650,00**

Dal 3 al 5 Settembre
Dal 10 al 12 Settembre
Dal 17 al 19 Settembre
euro **140,00**

Pensione completa
bevande incluse
1/4 vino della casa
1/2acqua minerale

Dal 24 al 26 Settembre
euro **140,00**

Dalla cena del Venerdì al pranzo
della Domenica. Pensione completa
bevande incluse
1/4 vino della casa
1/2acqua minerale

Riduzioni

Bimbi 0/2 anni non compiuti gratis
Bimbi 2/12 anni non compiuti 30%

Supplementi

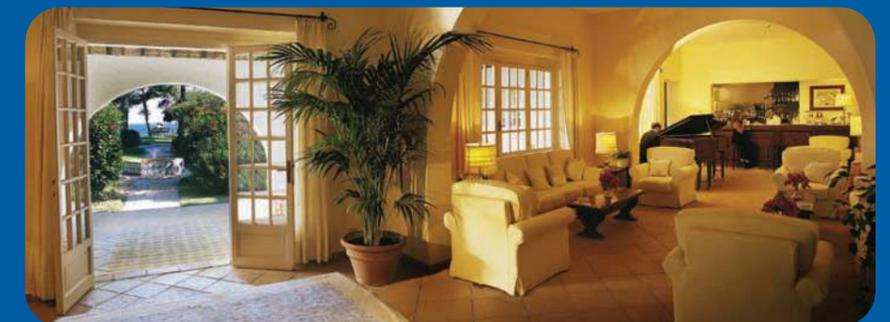
Singola con un letto: stessa quota
Doppia uso singola: +40% quota



Un'oasi di lusso nella natura incontaminata di un parco di sette ettari che degrada fino al mare, incantevole cornice alle spiagge private del Relais. L'Is Morus si trova a Santa



Margherita di Pula, a 40 Km da Cagliari, uno dei tratti più affascinanti della Costa del Sud: bellissime spiagge di sabbia bianca finissima con la pineta alle spalle e baie di acque trasparenti, un regno di silenzio immerso nei profumi della macchia mediterranea. Si inserisce armoniosamente nel paesaggio circostante, le linee tipiche dell'architettura mediterranea caratterizzano il corpo centrale, le suites e le 18 ville sparse tra allori, mirti, ginepri e olivastri.



Posti Limitati - Per informazioni e/o prenotazioni

rivolgersi alla CMS dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 19.00 - tel. 070275121 e www.ciemmeesse.it.

Telis Village 4* in All Inclusive

Luglio e Settembre

a cura della CMS



**Eccezionale offerta
per i soci
(Con contributo CMS)**

**dal 17 al 30 Luglio
euro 70,00**

A persona al giorno con formula
All Inclusive (minimo due notti)

**dal 4 al 18 Settembre
euro 50,00**

A persona al giorno con formula
All Inclusive (minimo due notti)

Riduzioni

Riduzioni: bimbi 0/2 anni gratis,
1° bimbo 2/16 anni gratis,
2° e 3° bimbo 2/16 anni 50%,
3°, 4° e 5° letto adulto 50%

Supplementi

singola + 30%;
noleggio frigobar su richiesta
euro 30,00 alla settimana
(da pagare sul posto).

Tessera Club

obbligatoria da pagare sul
posto 5,00 euro al giorno adulti
(4,00 euro bambini 3/16 anni,
fino a 3 anni esclusi).

Animali

ammessi di piccola
taglia, su richiesta, euro 30,00
alla settimana.



La formula all inclusive comprende: pensione completa con bevande ai pasti (vino, acqua, soft drinks e birra) presso 5 ristoranti del Resort, Open bar (consumazioni gratis) presso tutti i bar del Resort (escluso il bar Rosa) dalle 10 del mattino alle 24 con caffetteria, bibite analcoliche alla spina, succhi, thé freddo, birra alla spina, cocktail, amari e liquori nazionali, snack/aperitivo durante il giorno ad orari stabiliti presso i bar centrali, sorprese culinarie e happening di mezzanotte, una biberoneria colorata con possibilità di preparare autonomamente i pasti per i più piccini (aperta ad orari stabiliti). Sono esclusi dall'Open bar i liquori internazionali e superalcolici non inclusi nella proposta base, bibite in bottiglia o lattina, gelati e tutto quanto confezionato.



Per informazioni e/o prenotazioni

rivolgersi alla CMS dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 19.00, tel. 070275121 e www.ciemmeesse.it.

Telis Village 4* in All Inclusive

Agosto

a cura della CMS



**Eccezionale offerta
per i soci
(Con contributo CMS)**

A persona al giorno con formula
All Inclusive (minimo due notti)

**dal 31 Luglio al 6 Agosto
euro 90,00**

**dal 7 al 21 Agosto
euro 110,00**

**dal 28 Agosto
al 3 Settembre
euro 70,00**

Riduzioni

Riduzioni: bimbi 0/2 anni gratis,
1° bimbo 2/16 anni gratis,
2° e 3° bimbo 2/16 anni 50%,
3°, 4° e 5° letto adulto 50%

Supplementi

singola + 30%;
noleggio frigobar su richiesta
euro 30,00 alla settimana
(da pagare sul posto).

Tessera Club

obbligatoria da pagare sul
posto 5,00 euro al giorno adulti
(4,00 euro bambini 3/16 anni,
fino a 3 anni esclusi).

Animali

ammessi di piccola
taglia, su richiesta, euro 30,00
alla settimana.



Per informazioni e/o prenotazioni

rivolgersi alla CMS dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 19.00, tel. 070275121 e www.ciemmeesse.it.

Malta

Le offerte valide per tutto Agosto

a cura della CMS



Volo diretto da Cagliari



Operativo Voli
7/14/21 Agosto
Cagliari-Malta
08.05 - 09.15

14/21/28 Agosto
Malta-Cagliari
06.10 - 07.15

LA QUOTA COMPRENDE

Volo diretto con aeromobile AIRBUS 320 della compagnia Air Malta da Cagliari a Malta e viceversa, franchigia bagaglio 20Kg; Trasferimenti con pullman privato con assistenza dall'aeroporto all'hotel e viceversa; Sistemazione in camera doppia con servizi privati nell'Hotel e con il trattamento prescelto; Nostra assistenza all'aeroporto di Cagliari ed assistenza negli alberghi del nostro corrispondente in orari prestabiliti; Assicurazione Europ Assistance medico e bagaglio e annullamento viaggio

LA QUOTA NON COMPRENDE

Le tasse aeroportuali di euro 30,00 le mance, i pasti, le bevande, gli eventuali aumenti di carburante e/o tasse non previste gli extra in genere e tutto ciò non indicato nella "quota comprende"

Comunicazione obbligatoria ai sensi dell'art. 16 della legge 3 agosto 2009. La legge italiana punisce con la reclusione i reati inerenti alla prostituzione e alla pornografia minorile, anche se gli stessi sono commessi all'estero.

1° giorno: CAGLIARI / MALTA

Ritrovo dei Sigg. Partecipanti all'aeroporto di Elmas due ore prima della partenza ed incontro con la ns. assistente. Disbrigo delle formalità d'imbarco e partenza col volo diretto per Malta. All'arrivo sistemazione con assistenza sul pullman privato e trasferimento nell'Hotel prescelto. Sistemazione nelle camere riservate. Pernottamento.

Dal 2° al 7° giorno: MALTA

Trattamento base prescelto. Giornate a disposizione per attività individuali; possibilità di effettuare visite ed escursioni facoltative con assistente locale. Pernottamento.

8° giorno: MALTA / CAGLIARI

Prima colazione in Hotel. Trasferimento con pullman e assistenza all'aeroporto. Disbrigo delle formalità di imbarco e partenza con volo diretto per Cagliari. All'arrivo sbarco e fine dei nostri servizi.

Hotel Categoria Località 8gg / 7nts	Pernottamento e Prima colazione	Supplementi Settimanali		Supplemento Camera Singola	Riduzione 3° letto	
		Mezza Pensione Adulti	Bambini		Adulti	Bambini
ST JULIAN'S BAY 3* Loc. St. Julian	445	n.d	n.d	90	60	Gratis
SEACHELLES SUNCREST 4* Loc. Qwara	530	90	45	110	65	Gratis
CAVALIERI 4* Loc. St. Julian	610	106	53	155	95	Gratis
DOLMEN 4* Loc. Qawra	620	110	55	140	95	Gratis
LE MERIDIEN 5* Loc. St. Julian	660	185	gratis	190	120	Gratis

Supplemento partenza del 14 Agosto euro 25,00

Note: (1) Per bambini si intende di età compresa dai 2 ai 12 anni n. c. - Gratis la quota Hotel per 1 bambino. Paga il Volo + Tax Apt. + Quota apertura pratica. L' Infant 0 - 2 anni n. c. è gratis in tutti gli alberghi, paga la quota apertura pratica.

Quote valide per un minimo di 20 persone, con contributo CMS per i soci



Per informazioni e/o prenotazioni

rivolgersi alla CMS dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 19.00, tel. 070275121 e www.ciemmeesse.it.

Malta in tour

Alla scoperta di Malta e Gozo

a cura della CMS



Volo diretto da Cagliari



Operativo Voli
7/14/21 Agosto
Cagliari-Malta - 08.05 - 09.15

14/21/28 Agosto
Malta-Cagliari - 06.10 - 07.15

LA QUOTA COMPRENDE

Volo diretto della compagnia Air Malta con Airbus 320, da Cagliari a Malta e viceversa; franchigia bagaglio 20kg; Pullman GT con a.c. per i trasferimenti dall'aeroporto all'hotel e viceversa e per le escursioni come da programma; Sistemazione nell'hotel prescelto in camera doppia con servizi privati; Trattamento di mezza pensione in hotel e i pasti in ristoranti, come da programma, Bevande incluse: 1/4 vino a persona, SOLO nei ristoranti previsti in escursione; La guida locale professionale parlante italiano durante le escursioni e gli ingressi ove previsti; Nostra assistenza alla partenza all'aeroporto di Cagliari e l'assistenza negli alberghi del nostro corrispondente in loco in orari prestabiliti; Assicurazione Europ Assistance medico e bagaglio e annullamento viaggio.

LA QUOTA NON COMPRENDE

Le mance, il facchinaggio, altre bevande ai pasti non indicati, il biglietto della barca per la Grotta Azzurra, gli extra in genere e tutto ciò non indicato nella "la quota comprende". Tasse aeroportuali: Euro 30,00 per persona;

Quote valide per un minimo di 20 persone, con contributo CMS per i soci

Ritrovo dei partecipanti all'aeroporto di Elmas ed incontro con il nostro assistente. Disbrigo formalità d'imbarco e partenza sul volo diretto per Malta. All'arrivo, sistemazione sul pullman e trasferimento a Valletta, capitale di Malta. Visita con guida dei giardini "il belvedere d'Italia" ovvero la Baracca Superiore. Si proseguirà con la visita alla Co-Cattedrale di S. Giovanni, la chiesa conventuale dei Cavalieri, ricca di sculture e dipinti. Proseguendo, si vedranno altri edifici importanti ed infine il Palazzo del Gran Maestro (qualora non fosse possibile l'entrata a quest'ultimo Palazzo, si assisterà allo show Malta Experience, che racconta la storia di Malta nei secoli). Al termine trasferimento nell'hotel prescelto, sistemazione nelle camere riservate.

Pranzo libero. Pomeriggio a disposizione per relax. Cena e pernottamento in hotel.

2° giorno, domenica in relax - Mezza pensione in hotel. Giornata a disposizione per relax ed attività individuali.

3° giorno, lunedì: MDINA - RABAT - MOSTA - 1ª colazione in Hotel. Mattina partenza per l'escursione di intera giornata che si svolgerà nella parte centrale dell'isola di Malta, dominata dalla cittadella antica di Mdina. Passeggiando per i vialetti della città silenziosa, si visiteranno la Cattedrale e i bastioni imponenti che offrono una splendida panoramica dell'isola. Si proseguirà per "Greek Gate" e per Rabat per la visita delle catacombe, quindi si raggiungeranno le scogliere di Dingli. Pranzo in ristorante. Pomeriggio, visita ai giardini botanici di San Anton e alla chiesa rotonda di Mosta con la sua cupola imponente. Tempo libero per lo shopping al villaggio dell'artigianato a Tà Qali. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

4° giorno, martedì: GOZO - 1ª colazione in Hotel. Giornata dedicata all'escursione di intera giornata a Gozo che si raggiungerà dopo una traversata di circa venti minuti. Durante l'escursione sono comprese le visite ai templi di Ggantija, alla Cittadella di Victoria, alla baia di Xlendi, la famosa Finestra Azzurra a Dwejra. Pranzo in ristorante. Tempo libero per lo shopping. In serata rientro per la cena ed il pernottamento in hotel.

5° giorno, mercoledì: LE TRE CITTÀ - Mezza pensione in hotel. Di mattina escursione con guida alle storiche Tre Città: Vittoriosa, Cospicua e Senglea. Senglea si affaccia sul Porto Grande e fu il primo nucleo abitato, insieme a Medina, che i Cavalieri dell'Ordine di San Giovanni trovarono al loro arrivo. Da Cospicua, si arriva fino all'antica Birgu, chiamata poi Vittoriosa per onorarla della fiera resistenza contro gli invasori. Dal vecchio molo ci si potrà imbarcare su una barchetta tipica per un giro delle calette che formano il Grande Porto. A Senglea sarà d'obbligo una fermata alla vedetta da dove si potrà ammirare il Porto dall'alto e tutta Valletta. Pomeriggio libero.

6° giorno, giovedì: MARSAXLOKK - GROTTA AZZURRA - TEMPLI - 1ª colazione in Hotel. Di mattina partenza per l'escursione di intera giornata che si svolgerà nella parte meridionale dell'isola di Malta. Visita ai tipici villaggi dei pescatori Marsaxlokk e Birzebbugia dove si potranno fotografare le tipiche barche dette luzzu. Quindi proseguimento per ammirare la Grotta Azzurra, dove sarà possibile con una barca addentrarsi nelle grotte, tempo permettendo. (Il prezzo per il tragitto in barca non è compreso). Pranzo in ristorante. Nel pomeriggio visita ai tre Templi megalitici di Tarxien, del 3000a.c. considerati unici al mondo. Al termine si visiteranno i Ghar Dalam, le cave dell'oscurità, che conservano i resti fossili di animali preistorici dell'era glaciale. In serata rientro per la cena ed il pernottamento in hotel.

7° giorno, venerdì, relax - Trattamento di mezza pensione in hotel. Giornata a disposizione.

8° giorno, sabato: MALTA - CAGLIARI - 1ª colazione in Hotel. Trasferimento in tempo utile per l'aeroporto di Malta. Disbrigo delle formalità d'imbarco e partenza con volo diretto per Cagliari. Arrivo dopo un'ora, sbarco e fine dei servizi.

Hotel Categoria Località	Quota Base	Riduzione 3° letto		Supplemento Singola
		Adulti	Bambini	
HTL Cavalieri 4* Loc. St. Julian	840	95	2/13 yrs 545	155
HTL Dolmen Resort 4* Loc. St. Qwara	850	95	2/13 yrs 330	140
HTL Le Meridien 5* Loc. St. Julian	960	120	2/11 yrs 730	190
HTL Intercontinental 5* Loc. St. Julian	1.060	165	2/13 yrs 730	370

Per informazioni e/o prenotazioni

rivolgersi alla CMS dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 19.00, tel. 070275121 e www.ciemmeesse.it.

Praga e Boemia

Le offerte valide per tutto Agosto

a cura della CMS



Quota di partecipazione
(con contributo CMS per i soci)

euro 855,00

Riduzione bambini 2 / 12 anni euro 200,00
Suppl. Singola euro 290,00

Volo diretto da Cagliari



**Operativo Voli
Cagliari-Praga
QS 1019 - 14.55 - 16.55**

**Praga-Cagliari
QS 1018 - 12.00 - 14.10**

LA QUOTA COMPRENDE

Volo diretto della compagnia Smart Wings da Cagliari a Praga e viceversa (incluso bagaglio in stiva 20kg e bagaglio a mano 5kg); Trasferimenti Aeroporto/Hotel/Aeroporto con pullman G.T. e assistenza.; Sistemazione in Hotel 4**** centrale in camere doppie con servizi privati; Trattamento di Mezza Pensione in Hotel + 5 pranzi in ristorante; Visite guidate in lingua italiana come da programma; Bus Gt a disposizione del gruppo per tutte le escursioni previste in programma; Ns. assistenza all'aeroporto di Cagliari ed assistenza in loco del ns. corrispondente; Assicurazione Europe Assistance Medico-Bagaglio

LA QUOTA NON COMPRENDE

Tasse Aeroportuali: euro 50,00, Mance, pasti e bevande non menzionati, ingressi a pagamento, eventuali aumenti di carburante e /o tasse non previste, gli extra in genere e tutto quanto non specificato sotto la voce "La Quota Comprende".

1° Giorno: CAGLIARI / PRAGA (Domenica 1° Giorno: CAGLIARI / PRAGA (Domenica)

Ritrovo dei Sigg. Partecipanti all'aeroporto di Cagliari due ore prima della partenza. Disbrigo delle formalità d'imbarco e alle ore 14.55 partenza sul volo diretto QS 1019 Smart Wings per Praga. Ore 16.55 arrivo e incontro con la Ns. Assistenza. Trasferimento con pullman privato in Hotel 4 stelle. Sistemazione nelle camere riservate. Cena e Pernottamento in Hotel.

2° Giorno: PRAGA

Prima Colazione in Hotel. Giornata intera dedicata alla visita guidata della città di Praga ed in particolare del suo Centro Storico: la Piazza della Città Vecchia con la Torre dell'Orologio, Piazza Venceslao con la statua del Santo, da cui prese il nome, il Ponte Carlo con le sue bellissime statue ed il magnifico panorama del Castello di Praga, la cui immagine si specchia sul fiume della Moldava. Pranzo in Ristorante. Nel pomeriggio, proseguimento della visita. In serata, rientro in hotel. Cena e Pernottamento in Hotel.

3° Giorno: KUTNA HORA

Prima Colazione in Hotel. Escursione di intera giornata a Kutna Hora, antica città di minatori, fondata nel tredicesimo secolo e classificata patrimonio dell'Umanità dall'Unesco. Si visiteranno la cattedrale gotica di Santa Barbara, con le preziosissime pitture murali, e l'ex zecca reale, dove venivano conati i cosiddetti Groschen praguesi. Proseguimento per la visita del Castello di Sternberk. Pranzo in Ristorante. In serata, rientro in hotel. Cena e Pernottamento.

4° Giorno: KONOPISTE e KARLSTEIN

Prima Colazione in Hotel. In mattinata, partenza per un'escursione di intera giornata ai castelli di Konopiste e Karlstein con Pranzo in Ristorante. In serata, rientro a Praga. Cena e Pernottamento.

5° Giorno: CESKY KRUMLOV

Dopo la 1ª colazione partenza per âesk' Krumlov, iscritta nell'elenco dei monumenti dell'UNESCO, patrimonio dell'Umanità. È una città che ci trasporta ai tempi passati, in epoca medievale anche se non sembra che siano trascorsi dei secoli perché la città conserva sempre le sue caratteristiche originali rimanendo una delle città importanti della Boemia Inserita in una Valle creata dallo scorrere del fiume Moldava (Vltava). Si ammireranno le case gotiche, barocche e le facciate rinascimentali. In nessuna città si è conservata l'architettura medioevale come a âesk' Krumlov. Nell'area del Castello possiamo ammirare numerose opere d'arte. Pranzo in Ristorante tipico. Nel pomeriggio proseguimento delle visite. Rientro in Hotel in serata. Cena e pernottamento.

6° Giorno: KARLOVY VARY

Prima Colazione in Hotel. Giornata dedicata alla visita della bellissima cittadina termale di Karlovy Vary, ricca di splendidi parchi e palazzi in stile Liberty, rinomata per la sua cristalleria Moser. Molto interessante la visita ad una fabbrica, dove viene prodotta la Becherovka, tipico liquore ceco, realizzato secondo un'antica ricetta. Pranzo in Ristorante. In serata, rientro in hotel. Cena e Pernottamento.

7° Giorno: PRAGA QUARTIERE EBRAICO

Prima Colazione in Hotel. Mattinata dedicata alla visita guidata del Quartiere Ebraico (Sinagoga e Cimitero Ebraico), l'unico dell'Europa Centrale ad essere sopravvissuto all'Olocausto. Pranzo libero. Pomeriggio libero per lo shopping. Cena e Pernottamento in Hotel.

8° Giorno: PRAGA / CAGLIARI (Domenica)

Prima Colazione in Hotel. In mattinata trasferimento all'aeroporto di Praga. Ore 12.00 Partenza con volo diretto Smart Wings per Cagliari. Ore 14.10 arrivo e fine dei servizi.

Quote valide per un minimo di 20 persone, con contributo CMS per i soci

Per informazioni e/o prenotazioni

rivolgersi alla CMS dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 19.00, tel. 070275121 e www.ciemmeesse.it.

Praga

Ogni domenica volo diretto da Cagliari

a cura della CMS



Volo diretto da Cagliari



Operativo Voli

**Cagliari-Praga
QS 1019 14.55 - 16.55**

**Praga-Cagliari
QS 1018
12.00 - 14.10**

LA QUOTA COMPRENDE

Voli diretti da Cagliari per Praga e viceversa della compagnia Smart Wings; *Franchigia bagaglio 20kg; *Trasferimenti con pullman privato e assistenza dall'aeroporto all'hotel e viceversa; *Sistemazione in camera doppia con servizi privati nell'Hotel prescelto; *Trattamento di pernottamento e prima colazione; *Assistenza in loco del nostro corrispondente ad orari prestabiliti; *Assicurazione Europ Assistance medico e bagaglio.

LA QUOTA NON COMPRENDE

Le mance, il facchinaggio, i pasti, le bevande, le escursioni, tax aeroportuali di euro 50,00, gli extra in genere e tutto ciò non indicato nella "la quota comprende", ed eventuale adeguamento per aumento costi carburante

DOCUMENTI: Dai 15 anni in poi sufficiente la Carta d'identità valida per l'espatrio. Da 0 a 14 anni i bambini dovranno essere inseriti nel Passaporto di un genitore oppure dotati di Passaporto individuale.

Quote valide per un minimo di 20 persone, con contributo CMS per i soci

1° Giorno: CAGLIARI / PRAGA

Raduno dei partecipanti all'Aeroporto di Cagliari. Disbrigo formalità d'imbarco e partenza con Volo diretto per Praga. Arrivo e trasferimento con Pullman privato nell'Hotel prescelto. Pernottamento

Dal 2° al 7° Giorno: PRAGA

B&B in Hotel. Giornate a disposizione per visite individuali o escursioni.

8° Giorno: PRAGA / CAGLIARI

Trasferimento in tempo utile all'aeroporto di Praga e partenza per Cagliari con Volo diretto. Arrivo e fine dei ns. servizi.

Volo diretto da Cagliari + Trasferimenti + Hotel in B&B (8 gg / 7 notti)

Hotel Categoria Località	Quota per Persona	Bambini 2 / 12 anni	Supplemento Camera Singola	Riduzione 3° letto
ITALIAN Hotel 3 stelle Praga 3 - www.italianhotelpraga.com				
dal 20 Giugno al 01 Agosto	€ 430	€ 320	€ 200	€ 70
dal 01 Agosto al 03 Ottobre	€ 450		€ 240	
HTL TIVOLI 3 stelle Praga 2 - www.tivolihotel.cz				
dal 20 Giugno al 01 Agosto	€ 465	€ 320	€ 220	€ 70
dal 01 Agosto al 03 Ottobre	€ 510		€ 270	
HTL AMIGO 4 stelle Praga 2 - www.amigo-hotel.cz				
dal 20 Giugno al 01 Agosto	€ 465	€ 320	€ 220	€ 80
dal 01 Agosto al 03 Ottobre	€ 520		€ 250	
HTL QUESTENBERK 4 stelle Praga 1 - www.hotelqz.cz				
dal 20 Giugno al 01 Agosto	€ 540	€ 320	€ 260	€ 70
dal 01 Agosto al 03 Ottobre	€ 585		€ 300	
HTL ROYAL PALACE 5 stelle Praga 1 - www.royalpalacehotel.cz				
dal 20 Giugno al 01 Agosto	€ 630	€ 320	€ 340	€ 50
dal 01 Agosto al 03 Ottobre	€ 675		€ 380	



Per informazioni e/o prenotazioni

rivolgersi alla CMS dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 19.00, tel. 070275121 e www.ciemmeesse.it.

Praga Low Cost

Ogni domenica volo diretto da Cagliari

a cura della CMS



Volo diretto da Cagliari

smartWings

Operativo Voli

Giovedì / Domenica
CAGLIARI / PRAGA
QS 1019 08.55 / 10.55

PRAGA / CAGLIARI
QS 1018 12.00 / 14.10

Domenica / Giovedì
CAGLIARI / PRAGA
QS 1019 14.55 / 16.55

PRAGA / CAGLIARI
QS 1018 06.00 / 08.10

LA QUOTA COMPRENDE

Voli diretti da Cagliari per Praga e viceversa della compagnia Smart Wings;
*Franchigia bagaglio 20 kg; *Sistemazione in camera doppia con servizi privati nell'Hotel prescelto; *Trattamento di pernottamento e prima colazione; *Assistenza in loco del nostro corrispondente ad orari prestabiliti; *Assicurazione Europ Assistance medico e bagaglio.

LA QUOTA NON COMPRENDE

Le mance, il facchinaggio, i pasti, le bevande, le escursioni, le tax aeroportuali di euro 50,00, gli extra in genere e tutto ciò non indicato nella "la quota comprende", ed eventuale adeguamento per aumento costi carburante

Quote valide per un minimo di 20 persone, con contributo CMS per i soci

Soggiorni di 3 o 4 notti a prezzi LOW COST !!
Hotel a 3 o 4 stelle in Formula "Roulette" situati in Praga 1, 2 o Praga 3 (in zone servite da mezzi pubblici e Metrò) il cui nominativo sarà fornito 7 giorni prima della partenza.

1° GIORNO: CAGLIARI / PRAGA

Raduno dei partecipanti all'Aeroporto di Cagliari. Disbrigo delle formalità d'imbarco e partenza per Praga con Volo diretto SMART WINGS. Arrivo e trasferimento libero nell'Hotel prescelto. Pernottamento.

DAL 2° AL PENULTIMO GIORNO: PRAGA

Pernottamento e 1ª colazione. Giornate a disposizione per attività individuali.

ULTIMO GIORNO: PRAGA / CAGLIARI

1ª colazione in Hotel. Trasferimento libero in Aeroporto e partenza per Cagliari con Volo diretto Smart Wings. Arrivo e fine dei servizi.

**Volo diretto + Hotel in B/B camera doppia + Assicurazione
Trasferimenti liberi**

Hotel Categoria Località	Quota per Persona		Bambini 2 / 6 anni*	Supplemento Camera Singola **
	Giovedì - Domenica	Domenica - Giovedì		
Hotel 3 stelle ROULETTE Praga 1 / 2 / 3	€ 330	€ 360	€ 230	€ 15
Hotel 4 stelle ROULETTE Praga 1 / 2 / 3	€ 380	€ 420	€ 230	€ 30

Supplemento partenze di agosto: euro 40,00 a persona

*Quota bambini in camera con 2 adulti (N.B.: 06 anni non compiuti)

**Costo supplementi al giorno.

Trasferimenti Aeroporto Praga/Hotel/Aeroporto Praga: euro 35,00 a persona (min. 2 pax)



Per informazioni e/o prenotazioni

rivolgersi alla CMS dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 19.00, tel. 070275121 e www.ciemmeesse.it.

Vienna a 5 Stelle

5 giorni - da domenica a giovedì con volo diretto da Alghero a Bratislava

a cura della CMS



Volo diretto da Cagliari

RYANAIR
THE LOW FARES AIRLINE

LA QUOTA COMPRENDE

Voli diretti da Alghero per Bratislava e viceversa della compagnia Ryanair; *Franchigia bagaglio 10 kg in cabina con unico bagaglio dimensioni cm. 55 x 40 x 20; *Sistemazione in camera doppia con servizi privati nell'Hotel prescelto; *Trasferimenti da Aeroporto/hotel e viceversa; *Trattamento

LA QUOTA NON COMPRENDE

Le mance, il facchinaggio, i pasti, le bevande, le escursioni, tax aeroportuali di euro 50,00, gli extra in genere e tutto ciò non indicato nella "la quota comprende", ed eventuale adeguamento per aumento costi carburante

Quote valide per un minimo di 15 persone, con contributo CMS per i soci

dal 12 Agosto al 19 Agosto

2 prestigiosi Hotel situati nel centro della città, sulla RINGSTRASSE. A pochi passi dal Duomo di Santo Stefano, le vie commerciali ed i Musei, nel pieno Centro di Vienna!

1° GIORNO: ALGHERO / BRATISLAVA - Domenica

Raduno dei partecipanti all'Aeroporto di Alghero 2 ore prima della partenza del volo. Disbrigo delle formalità d'imbarco e alle ore 18.35 partenza per Bratislava con Volo diretto Ryan Air. Ore 20.35 arrivo e trasferimento nell'Hotel prescelto. Pernottamento

DAL 2° AL 4° GIORNO: VIENNA

Pernottamento e 1ª colazione. Giornate a disposizione per attività individuali o Escursioni facoltative prenotabili dai ns. assistenti in loco.

5° GIORNO: BRATISLAVA / ALGHERO - Giovedì

1ª colazione in Hotel. Alle ore 11.00 trasferimento in Aeroporto a Bratislava e alle ore 15.10 partenza per Alghero con Volo diretto Ryan Air. Arrivo alle ore 17.10. Fine dei servizi.

Volo diretto + Trasferimenti + Hotel (5 gg. / 4 notti in B/B)

Hotel Categoria Località	Quota per Persona	Bambini 2 / 12 anni*	Supplemento Camera Singola **
- Hotel DE FRANCE www.hoteldefrance.at	€ 495	€ 450	€ 160
- Hotel SAS RADISSON BLU www.radissonblu.de/palaishotel - vienna	€ 585	€ 520	€ 210

* Quota bambini in camera con 2 adulti (N.B. : 12 anni non compiuti) - **

Facoltativo : Bagaglio in stiva (kg. 15) = euro 40,00



Per informazioni e/o prenotazioni

rivolgersi alla CMS dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 19.00, tel. 070275121 e www.ciemmeesse.it.

Vienna, Budapest, Bratislava in tour

Con volo diretto da Alghero a Bratislava dal 12 al 19 Agosto

a cura della CMS



Quota di partecipazione
(con contributo CMS per i soci)
euro 890,00

Riduzione bambini 2 / 12 anni euro 200,00

Volo diretto da Alghero



Operativo Voli

12/08/10 Alghero/Bratislava
FR 8227 17.35 - 19.35

19/08/10 Alghero/Bratislava
FR 8226 15.10 - 17.10

LA QUOTA COMPRENDE

Passaggio in Aereo in classe economica con volo diretto da ALGHERO a BRATISLAVA e ritorno; Franchigia bagaglio per Kg. 10 di unico bagaglio a mano da portare in Cabina (dimensioni cm. 55 x 40 x 20); Pullman a disposizione per i trasferimenti da Aeroporto a Bratislava; a Vienna; a Budapest e per l'Aeroporto di Bratislava l'ultimo giorno; Sistemazione in Hotel 4 stelle, in camere doppie/matrimoniali con trattamento di Mezza (incluse le bevande ai pasti, acqua in caraffa e ? di vino o 1 birra); Escursioni e visite guidate come specificatamente indicato.

LA QUOTA NON COMPRENDE

Tasse aeroportuali: euro 50,00 a pax; Eventuale bagaglio in stiva dal peso di massimo kg 15: ? 40,00; Costo peso bagaglio eccedente; Ingressi Musei, luoghi storici, artistici e naturalistici; Escursioni facoltative; Extras di carattere personale e quanto non specificatamente indicato ne "La quota comprende"

Quote valide per un minimo di 20 persone, con contributo CMS per i soci

12 Agosto: ALGHERO / BRATISLAVA

Ore 15.30 raduno dei partecipanti all' Aeroporto di Alghero. Disbrigo delle formalità d'imbarco e alle ore 17.35 partenza per Bratislava con Volo diretto Ryan Air. Ore 19.35 arrivo, e trasferimento a Bratislava città con Pullman G.T. Sistemazione all'Hotel AUSTRIA TREND ****. Cena e pernottamento.

13 Agosto: BRATISLAVA / VIENNA

Dopo la 1ª colazione visita guidata del Centro Storico. Nel pomeriggio partenza per Vienna (con Pullman G.T.) Arrivo e sistemazione all'Hotel Ananas ****. Pomeriggio libero. Cena e pernottamento.

14 Agosto: VIENNA

Dopo la 1ª colazione mattinata dedicata alla visita guidata della città. Pomeriggio libero. Cena e pernottamento

15 Agosto: VIENNA

Dopo la 1ª colazione, visita guidata al Castello di Shonbrunn. Pomeriggio libero. Cena e pernottamento in Hotel

16 Agosto: VIENNA / BUDAPEST

Ore 09.00, dopo la 1ª colazione partenza per Budapest con Pullman G.T. Arrivo e sistemazione Hotel Ramada ****. Pomeriggio libero. Cena e pernottamento.

17 Agosto: BUDAPEST

Dopo la 1ª colazione visita guidata della città. Cena e pernottamento.

18 Agosto: BUDAPEST

Dopo la 1ª colazione escursione guidata a Szentendre. Pomeriggio libero. Cena e pernottamento

19 Agosto: BUDAPEST / BRATISLAVA

1ª colazione in Hotel. Trasferimento in Aeroporto a Bratislava. Ore 15.10 partenza per Alghero con Volo diretto Ryan Air. Arrivo alle ore 17.10. Fine dei servizi.



Per informazioni e/o prenotazioni

rivolgersi alla CMS dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 19.00, tel. 070275121 e www.ciemmeesse.it.

Chiamale se vuoi...emozioni

Le emozioni fanno parte della vita, e una vita senza emozioni non sarebbe possibile

Dr. Luca Carcassi, psichiatra-psicoterapeuta - Centro San Michele Cagliari



Quante volte sarà capitato di dire "mi sento emozionato" o "ti vedo emozionato", le emozioni fanno parte della vita e una vita senza emozioni non sarebbe possibile. Tutte le emozioni sono accompagnate da manifestazioni corporee (aumento del ritmo cardiaco, secrezioni ormonali, espressioni del volto o del corpo) e comportamentali (avvicinamento, fuga, lotta), ci permettono di adattarci agli eventi e di regolare la fisiologia dell'organismo, influiscono sulla percezione che abbiamo del mondo, sulla memoria episodica, sulla capacità di prendere decisioni e di formulare giudizi. Quando proviamo un'emozione i sistemi simpatico e parasimpatico, cioè le due vaste reti nervose che costituiscono il sistema nervoso autonomo, avviano alcune modifiche fisiologiche, quali l'accelerazione del ritmo cardiaco e respiratorio, l'aggiustamento del diametro dei vasi sanguigni, la secrezione di adrenalina e la liberazione di glucosio. Queste modificazioni hanno una funzione adattativa, ovvero aumentano l'apporto di energia per l'attuazione di azioni urgenti, per esempio quando si tratta di fuggire oppure combattere.

Ma a cosa ci riferiamo quando parliamo di emozioni? Difficile poterle definire, è più facile nominarle; paura, rabbia, tristezza, gioia, disgusto, sorpresa, accettazione, sono le emozioni primarie ovvero innate, cioè presenti in tutti gli esseri umani appartenenti a culture diverse ma facilmente riconoscibili tra persone di diversa cultura.

Le emozioni primarie sono innate cioè presenti fin dalla nascita, mentre le secondarie (imbarazzo, colpa, gelosia, disprezzo, compassione, invidia, etc.) si sviluppano in seguito e sono più influenzate da fattori culturali, sociali, educazionali, etc.



Le emozioni secondarie derivano dalla mescolanza di quelle primarie: gioia e accettazione per l'amore, sorpresa e tristezza per la delusione, collera e disgusto per l'ostilità. Le emozioni sono brevi al contrario dei sentimenti che sono stabili, le emozioni hanno un'origine prevalentemente biologica mentre i sentimenti sono più psicobiologici.

Le emozioni sono fondamentali per i processi adattativi e importanti come fonte di comunicazione tra individui; un bambino già nel primo anno di età per capire se una situazione ambigua sia pericolosa o meno è capace di distinguere le espressioni di rassicurazione o di paura della madre, e secondo l'espressione che ha codificato attua un comportamento specifico. Le emozioni sono immediate e possono essere svelate dai suoni, dal non verbale, dal corpo, dai ricordi, dalle associazioni, etc.

Grazie ai progressi ottenuti nelle neuroscienze attraverso l'uso delle moderne tecniche di neuroimaging, abbiamo fatto grandi passi avanti nella conoscenza delle aree cerebrali coinvolte nelle emozioni e nei meccanismi cerebrali messi in atto per regolarle.

Le emozioni primarie sembrerebbero localizzate in alcune aree specifiche; per quanto riguarda la gioia (unica emozione primaria positiva) si avrebbe l'attivazione dei nuclei grigi centrali, strutture nervose

localizzate nella profondità del cervello che regolano, in particolare, il movimento. Mentre per quanto riguarda le emozioni negative, esiste uno stretto legame tra l'induzione della paura e l'attivazione dell'amigdala, una piccola struttura nervosa a forma di mandorla vicino ai nuclei grigi centrali; per la tristezza si avrebbe l'attivazione dell'area sub callosa della corteccia cingolata anteriore; per la collera si attiverebbe la corteccia orbito frontale anteriore e per il disgusto si attiverebbe l'insula. Le emozioni una volta suscitate vengono poi integrate e ne deriva una valutazione cognitiva, meta cognizione, che fa sì per esempio che non ci spaventiamo se vediamo un animale feroce in gabbia, mentre lo saremo in assenza di sbarre. Esiste dunque un filtro cognitivo dell'emozione che sarebbe prodotto dall'attivazione della corteccia prefrontale dorso mediana, inoltre esiste infine uno stretto legame tra geni, funzionamento del cervello ed emozioni. Infatti è stato scoperto che alcuni soggetti che erano portatori di una variante corta di un gene che modula la produzione di serotonina erano più ansiosi di quelli con la variante lunga, e che la loro amigdala si attivava di più alla vista di volti minacciosi o impauriti. Per un sano ed equilibrato sviluppo occorre riconoscere, capire, esprimere, controllare e sfruttare le proprie emozioni.

Delitti contro l'Onore - Diffamazione

Cassazione: diffamatorio criticare una donna in quanto tale

A cura dell'Avvocato Giovanni Raimondo Serra, Foro di Cagliari, Via Tola, 30 Cagliari, tel. 070497340 - fax 070453585 - 3497538855 - giovannirase@tiscali.it



“per quell’incarico:
serve un’uomo...”

Una frase del genere può costare una condanna per diffamazione. Lo ha recentemente ribadito il giudice delle Leggi. La Corte di Cassazione, con la sentenza n. 10164 del marzo 2010, ha ritenuto che la critica “sarebbe meglio una gestione al maschile” integri il reato di diffamazione. Reato punito con pene che possono superare, in certi casi, i tre anni di reclusione. La reputazione comprende sia l'onore in senso oggettivo, inteso come la stima della quale l'individuo gode nella comunità in cui vive e opera, come il patrimonio morale riconosciuto dai consociati o come il senso della dignità personale nell'opinione di altri; sia l'onore in senso soggettivo, inteso come il sentimento di ciascuno della propria dignità morale e della somma di qualità che ciascuno attribuisce a se stesso. Nel caso che ci occupa i giudici della Suprema Corte hanno confermato la condanna già inflitta nei precedenti gradi di giudizio di un sindacalista, e del giornalista che



ne riproduceva le opinioni, per le affermazioni pubblicate in un articolo dal titolo “ Carcere: serve un uomo” nel quale l'intervistato, a proposito dell'operato della direttrice del penitenziario locale, a commento di alcuni episodi li avvenuti, sosteneva che “ sarebbe meglio una gestione al maschile”.

Si legge in sentenza «la censura che viene mossa alla direttrice è sganciata da ogni dato gestionale ed è riferita soltanto al fatto di esser una donna gratuito apprezzamento contrario alla dignità della persona perchè ancorato al profilo, ritenuto decisivo, che deriva dal lato biologico dell'appartenenza all'uno o all'altro sesso». La decisione comunque può lasciare perplessi sotto vari profili. Affidare al codice e al giudice penale il compito di perseguire l'ignoranza e il pregiudizio, con il rischio di prospettare un limite alla manifestazione del pensiero a tutela di

una indistinta eguaglianza di genere e di una altrettanto indefinita “dignità femminile”, finisce con il considerare le donne gruppi di minoranza discriminati. Le ottime ragioni della direttrice del carcere di Arienzo (Caserta), non dovrebbero andare oltre una forte risposta morale. L'espressione censurata è generica e superata dalla storia, merita biasimo certo e una sanzione sociale ma, forse, non penale.

A nulla sono valse le argomentazioni degli avvocati difensori tese, tra l'altro, ad ottenere il riconoscimento in capo al giornalista della scriminante di aver agito nell'esercizio del diritto di cronaca avendo egli riportato le espressioni in virgolettato, dunque asetticamente. Altrettanto disattese le deduzioni del difensore del coimputato sindacalista che lamentava il mancato riconoscimento della scusante del “diritto di critica sindacale”.

Rassicuriamoci

Maghi, ciarlatani e imbonitori di turno

Carlo Pais - Agente Generale Milano Assicurazioni



Ma si, leggiamoci sotto questo ombrellone e con 40 gradi, le ultime sulle assicurazioni. Non c'è niente di meglio per la calura estiva, altro che gelati, bibite fresche, o tuffi con “accabussate”. Battute a parte, spero di rendervi piacevole la lettura, con qualche consiglio in merito al mondo assicurativo, materia non leggerissima per i non addetti ai lavori, ma che comunque riguarda tutti. In passato ho più volte affrontato il discorso sulle polizze vita, sulla loro affidabilità e su come vengono vendute. Oggi non vi annoierò con dati tecnici, statistiche e quant'altro, fa troppo caldo, analizziamo solo, se queste polizze sono alla nostra portata, e se è il caso di pensarci. Se gli enti preposti a gestire le nostre future pensioni, fossero stati più oculati e lungimiranti, di integrazioni pensionistiche sicuramente avremmo avuto comunque bisogno, ma in modo molto più marginale rispetto ad oggi. È mia abitudine premettere che di qualsiasi prodotto si parli, la base fondamentale su cui ragionare, anche se può sembrarvi una banalità, sia la disponibilità finanziaria di ognuno di noi. Capita infatti, come in altri campi, le auto per esempio, che il cliente si faccia convincere ad acquistare magari a rate, qualcosa che non può permettersi, spesso con conseguenti perdite anche di ciò che si è già pagato. Inutile quindi, parlare di futuro a chi, a stento riesce ad affrontare il presente, perdiamo tempo entrambi. Per esperienza vi dico che esistono molteplici tipologie di risparmiatori, ma per semplicità e brevità, parlerò di coloro che possono affrontare un

discorso di risparmio, piccolo o grande che sia. Partiamo dai più ricchi, che beati loro, sono nella posizione migliore su cui ragionare. Fatte le dovute eccezioni, si dividono in due categorie: coloro i quali devono a se stessi le fortune accumulate, e sono manco a dirlo i più attenti e lungimiranti nel gestire le risorse destinate al loro futuro, perchè conoscono bene il valore del danaro; e chi, per nascita o per fortuna, si sono ritrovati ricchi.

Risulterebbe, secondo uno studio fatto da un grosso gruppo bancario, che circa la metà di quest'ultima categoria, riesca a dilapidare anche le più grandi fortune, spesso in breve tempo.

Chi se ne frega direte voi, ma pensiamo anche alle “vittime” di questi irresponsabili, agli sfortunati che lavoravano per aziende finite in mani di incapaci, e si sono ritrovati disoccupati.

Ma torniamo al nostro argomento e arriviamo alla tipologia di risparmiatore che più ci interessa, ossia quella del ceto medio, ovviamente il più numeroso. Mentre i primi di cui ho parlato, hanno, l'esigenza di difendere i propri capitali e farli possibilmente crescere, il piccolo risparmiatore deve cercare di costruirseli. Un grande pregio tutto italiano, è proprio la capacità di risparmiare, anche quando i soldi sono pochi, è una virtù che per il momento ci sta salvando anche come nazione.

La crisi economica ci mette ulteriormente in difficoltà, e la nostra capacità di risparmio si è ridotta ulteriormente, ma forse lo spazio c'è, o meglio va creato. Immaginiamo una vecchia credenza piena di tante cose, e proviamo a liberarla da ciò che non ci serve, recupereremo molto più spazio di quanto possiamo immaginare.

Lo spazio ricavato, è metaforicamente la nostra capacità di risparmio, eserci-

zio in cui i nostri genitori erano maestri. Le motivazioni per riuscire nell'impresa, le troviamo pensando a quanto si ridurrà la nostra pensione, rispetto all'ultimo stipendio percepito, gli esperti dicono che potrà arrivare fino al 40 % in meno. Ma se questo spauracchio non bastasse, e non vogliamo pensare a noi, perchè pensiamo di farcela comunque, almeno pensiamo ai nostri figli. Le polizze dedicate agli studi futuri dei nostri ragazzi, ultimamente a mio parere hanno un valore doppio rispetto a qualche tempo fa. Non mi riferisco ovviamente al valore finanziario, ma alle opportunità che possono offrire. Avere la possibilità di vivere e studiare all'estero, anche per un solo anno, è un'occasione unica e fondamentale per aprire la mente di un giovane, in termini di maturazione vale almeno il doppio, quell'anno li farà crescere. Conosco ragazzi che dopo tale esperienza, si sono trasferiti permanentemente in altri paesi, altri hanno scelto di rientrare, ma tutti erano entusiasti dell'esperienza fatta.

La nostra speranza, è che nel nostro paese ci possa essere una vera svolta positiva, cosa mai accaduta, e che si cambi seriamente rotta. I giovani devono avere le giuste opportunità, in base alle loro effettive capacità, e non alle “amicizie” di famiglia.

Nel caso assai probabile che tale svolta non ci sia, se non prima del prossimo secolo, e foste sprovvisti di “amicizie”, l'unico aiuto che potrete dare ai vostri figli, è fargli cambiare aria. Fin da piccoli fategli studiare l'inglese e mettete da parte un gruzzolo per loro, magari, perchè no, con una polizza. Sarà un modo per dirgli che gli volete bene, e per dargli un'altra possibilità, forse un futuro migliore. Pensateci su.



NON
FARTI
PELARE!!!

SEI UN DIPENDENTE PUBBLICO?

PRIMA CHIAMA NOI

CMS

ASSOCIAZIONE DI MUTUO SOCCORSO FRA DIPENDENTI PUBBLICI

Solidarietà - Vacanze
Prestiti a condizioni esclusive

☎ 070 275121 - www.ciemmeesse.it



Andamento lento

Inalterati i tassi di riferimento dell'Eurozona che restano quindi al 1%

a cura di Pietro Satta

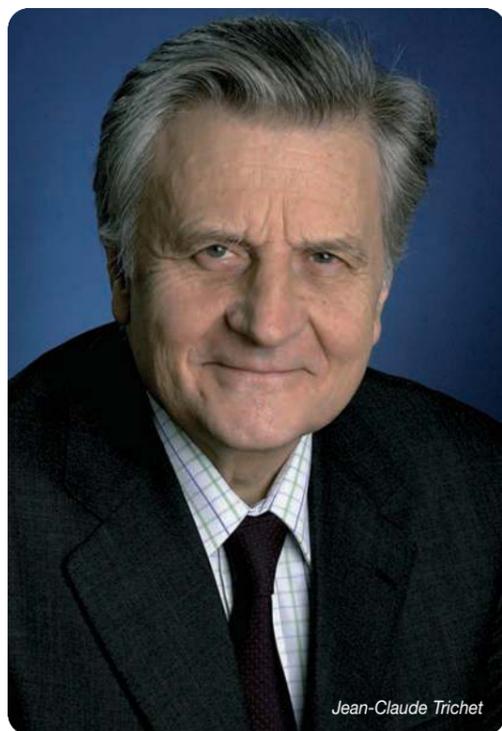


Giunge proprio ora mentre scrivo la notizia che anche per il corrente mese di luglio il Direttivo della Banca Centrale Europea ha lasciato invariato il tasso di riferimento dell'Eurozona, che resta dunque fermo al 1%. Si resta pertanto stabili al livello più basso da quando è stato varato l'euro, raggiunto nel mese di maggio 2009 e da allora ancora mai più ritoccato.

Tutto ciò conferma dunque la fragilità della ripresa in atto che, benché stia continuando, appare assai moderata e verosimilmente incapace di reggere almeno in questa fase allo stress di tassi più elevati. Se questo dunque è il

quadro di riferimento di massima va anche detto però che l'euribor oramai da marzo 2010 sta invece costantemente salendo, in modo lento ma apparentemente inesorabile e, se si guarda al mercato dei future, la tendenza sembra essere quella di un ritorno a valori intorno al 3% nel 2014.

Come i titolari di mutui a tasso variabile ben sanno l'euribor a tre o a sei mesi è il parametro di riferimento al quale si somma lo spread praticato dalla banca, per arrivare appunto al tasso



Jean-Claude Trichet

La tendenza sembra essere quella di un ritorno a valori intorno al 3% nel 2014.

Se la tendenza dovesse davvero essere confermata, fra tre anni i variabili potrebbero tornare intorno al 4,50%, cioè più del doppio di quanto si sta pagando oggi.

finale pagato dal mutuuario.

Pertanto, se tale tendenza dovesse davvero essere confermata, fra tre anni i variabili potrebbero tornare intorno al 4,50%, cioè più del doppio di quanto si sta pagando oggi.

Va detto anche che ad ottobre del 2008, cioè nemmeno due anni fa, i variabili erano intorno al 6,50%, e quindi non ci si può lamentare troppo

se quantomeno si prospettano ancora due o tre anni di tassi accettabili.

In ogni caso bisogna sempre ricordare che nel caso di mutui a tasso variabile alla fine ciò che conta è il tasso medio finale pagato, e solo a quel punto si potrà davvero apprezzare o meno la scelta fatta rispetto al tasso fisso dell'epoca.



I mutui della CMS

Passando come sempre ad esaminare quel che accade in casa nostra, e cioè i mutui proposti dalla CMS, diciamo subito che la tendenza delineata sopra trova piena conferma negli ultimi aggiornamenti dei tassi in convenzione praticati dalla banca. Rispetto allo scorso bimestre infatti la variazione dell'euribor di cui si è detto ha portato ad un generale aumento dei tassi variabili, sebbene ancora contenuto in appena otto centesimi di punto. Ciò nonostante, dato il particolare momento storico in cui ci troviamo, i tassi variabili continuano ad avere un fortissimo appeal se si considera che persino nelle durate più "giapponesi" dei 40 anni essi rimangono comunque al di sotto del 2,00%.

Per quanto attiene invece ai tassi fissi, e anche questo è un segnale che sul lungo termine comunque i mercati non si attendono aumenti dei tassi troppo vistosi, la situazione è esattamente opposta in quanto rileviamo addirittura una limatura di ben 0,35% sulla durata decennale, oggi appena al 4,30%, e più in generale un calo di circa lo 0,25/0,30% su tutte le durate, con tassi finali che ancora fino alla durata trentennale rimangono ben al di sotto della soglia del 5,00%. Come al solito rinviamo alla consueta tabella per dei calcoli personalizzati, o ancora meglio ad una visita nei ns. uffici per esaminare caso per caso le vs. esigenze.



MUTUI A TASSO FISSO RATA MESE			MUTUI A TASSO VARIABILE RATA MESE		
ANNI	IMPORTO EURO		ANNI	IMPORTO EURO	
TASSO	1.000	50.000	TASSO	1.000	50.000
$\frac{10}{4,30\%}$	10,268	513,39	$\frac{10}{1,73\%}$	9,080	454,024
$\frac{15}{4,80\%}$	7,804	390,21	$\frac{15}{1,73\%}$	6,311	315,553
$\frac{20}{4,80\%}$	6,490	324,48	$\frac{20}{1,83\%}$	4,978	248,912
$\frac{25}{4,85\%}$	5,759	287,942	$\frac{25}{1,88\%}$	4,180	208,994
$\frac{30}{4,85\%}$	5,277	263,846	$\frac{30}{1,98\%}$	3,686	184,285
$\frac{35}{5,10\%}$	5,111	255,542	$\frac{35}{1,98\%}$	3,302	165,093
$\frac{40}{5,10\%}$	4,888	244,419	$\frac{40}{1,98\%}$	3,017	150,861

mutui
LE PERCENTUALI
i mutui in euro
Tasso variabile, tasso fisso

dati al 07/07/2010

I Film in uscita a Giugno e Luglio

In evidenza sicuramente l'atteso Toy Story 3 e il ritorno della saga di Twilight

di Massimo Sainas



Brotherhood - Fratellanza



nazione Danimarca
anno 2009
regia Nicolo Donato
genere Drammatico
cast T. Lindhardt, D. Dencik, S. Olsen, N. Bro, J. Lange

Deluso da un mancato avanzamento di carriera, Lars decide di lasciare l'esercito e di avvicinarsi al movimento neo-nazista.

Lì incontra Jimmy. L'amore fra i due è tanto inatteso quanto travolgente, ma il loro sentimento proibito dovrà scontare la punizione del gruppo di cui fanno parte. Pur dovendo infrangere ogni regola, Lars e Jimmy non riusciranno a mettere fine alla loro relazione..The Twilight Saga: Eclipse

Toy Story 3 - La grande fuga

nazione U.S.A.
anno 2010
regia Lee Unkrich
genere Animazione

Buzz Lightyear viene riportato nella fabbrica di Taiwan dove è stato costruito. Sarà compito dei suoi amici giocattoli rintracciarlo e ricompagnarlo a casa. Il film prodotto dalla Pixar e distribuito dalla Walt



Disney Studios Motion Pictures è "Toy Story 3", il più atteso dell'estate 2010 e che potrà essere visto da oltre 3000 spettatori in anteprima europea.

Laureata... e adesso?

nazione U.S.A.
anno 2009
regia Vicky Jensen
genere Commedia
cast A. Bledel, Z. Gifford, M. Keaton, J. Lynch



Ryden Malby dopo essersi diplomata al college è costretta a tornare a vivere nella sua casa natale con la sua eccentrica famiglia mentre cerca di trovare un lavoro, il ragazzo giusto e di capire dove sia diretta la sua vita.



The Twilight Saga: Eclipse
nazione U.S.A.
anno 2010
regia David Slade
genere Horror
cast K. Stewart, R. Pattinson, T. Lautner, B. Burke

Terzo capitolo tratto dalla saga fantasy scritta da Stephenie Meyer: Bella si ritrova ancora una volta in pericolo, quando Seattle è funestata da una serie di misteriosi omicidi perché Victoria continua a cercare vendetta.

Nel frattempo Bella è costretta a scegliere tra il suo amore per Edward e l'amicizia con Jacob: sa che la sua decisione potrebbe rinfocolare l'antica lotta tra vampiri e licantropi. Poco prima di diplomarsi al liceo, Bella è di fronte alla decisione più importante della sua vita...

Che fine ha fatto Osama Bin Laden?

nazione U.S.A.
anno 2010
regia Nimród Antal
genere Azione
cast D. Trejo, A. Brody, T. Grace, L. Fishburne, A. Braga

Morgan Spurlock si cimenta in un'impresa a dir poco proibitiva: trovare il ricercato numero uno al mondo. La caccia a Bin Laden



comincia nei "paesi canaglia" con l'intento di dimostrare l'inconcludenza di anni di ricerche di CIA ed FBI, per poi trasformarsi in una riflessione provocatoria sui rapporti tra Stati Uniti e Medio Oriente post 11 settembre.

Predators



nazione U.S.A.
anno 2010
regia Nimród Antal
genere Azione
cast D. Trejo, A. Brody, T. Grace, L. Fishburne, A. Braga

Royce è un mercenario che conduce a malincuore un gruppo di guerrieri d'élite che si sono resi conto di essere stati rapiti e portati insieme su un

pianeta alieno come prede. Con l'eccezione di un medico in disgrazia, sono tutti assassini mercenari a sangue freddo, Yakuza e carcerati. I membri degli squadroni della morte umana, "i predatori", vengono ora sistematicamente cacciati ed eliminati da una nuova razza di Predatori alieni.

Un microfono per due

nazione U.S.A.
anno 2009
regia Todd Louiso
genere Commedia
cast B. Stiller, A. Kendrick, J. Schwartzman, A. Wallace



Mark Pease non riesce ad accettare il tempo che passa, continuando a vivere nel ricordo di quando era una star nei musical del liceo. Ad aiutarlo gli verrà incontro un suo ex professore e mentore, il signor Gribble, che lo accompagnerà fino al giorno dell'esperienza catartica che gli farà accettare la sua condizione di adulto...

The Box

nazione U.S.A.
anno 2009
regia Richard Kelly
genere Horror
cast C. Diaz, J. Marsden, F. Langella, J. Rebhorn

Norma Lewis e Arthur Lewis sono sposati e hanno un figlio.

Un giorno ricevono una scatola che promette 1 milione di dollari con il solo premere un pulsante dell'oggetto: il problema è la sua conseguenza. Infatti sarà un uomo misterioso ad avvisare la coppia che, premendo il



pulsante, si ucciderà un'altra persona. Per la coppia inizia il dilemma; tuttavia Norma decide di premere il pulsante e di partire alla ricerca dell'assassino della persona che la scatola ha voluto che morisse... Cameron Diaz torna con un horror. Sarà la protagonista del film horror "In The Box" diretto da Richard Kelly, già regista di "Donnie Darko" e interpreterà il ruolo di una ragazza che riceve una scatola da uno sconosciuto e si rende conto che, premendo i pulsanti all'interno, accadono fatti straordinari.

The Losers

nazione U.S.A.
anno 2010
regia Sylvain White
genere Azione
cast J. Morgan, Z. Saldana, C. Evans, I. Elba



"The Losers" racconta di un gruppo d'élite delle forze speciali americano che viene mandato nella giungla boliviana in una missione di ricerca e distruzione. Clay, Jensen, Roque, Pooch e Cougar vengono traditi,

l'istigazione viene dall'interno, da un potente nemico conosciuto solamente col nome Max. Considerati morti, i protagonisti insieme alla misteriosa Aisha, una bellissima agente, devono rimanere sotto copertura mentre cercano di rintracciare Max.

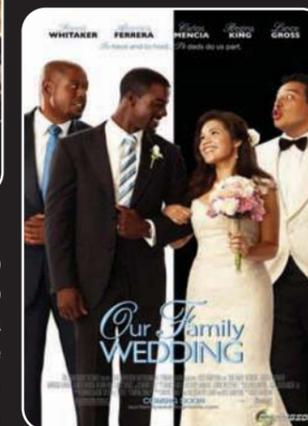
Il solista

nazione Gran Bretagna
U.S.A./Francia
anno 2009
regia Joe Wright
genere Drammatico / Biografico
cast J. Foxx, R. Downey jr., C. Keener, T. Hollander



Nathaniel Ayers è un senzatetto affetto da schizofrenia ma dotato di talento per il violoncello. La sua massima aspirazione è suonare in un concerto della Walt Disney Concert Hall. Un giorno in lui si imbatte il giornalista Steve Lopez che si accorge del suo enorme talento cercando così di aiutarlo a realizzare questo sogno.

Matrimonio in famiglia



nazione U.S.A.
anno 2010
regia Rick Famuyiwa
genere Commedia
cast F. Whitaker, A. Ferrera, C. Mencia, R. King

Le settimane prima del matrimonio di una giovane coppia hanno un effetto comico e stressante, specialmente per quanto fanno i genitori degli sposi...

The Book of Masters

nazione Russia
anno 2009
regia Vadim Sokolovsky
genere Avventura / Fantasy
cast M. Andreeva, M. Loktionov, L. Akhedzhakova, L. Kuravlyov

Un giorno, nella Foresta Infinita, la giovane figlia di una strega Baba Jaga trova una pietra magica e preziosissima, l'Alatyr, e ne rimane ammaliata. Si trasforma così nella Contessa di Pietra, condannata a languire nella Torre di Pietra fino al giorno in cui un Sommo Maestro Intagliatore non ridarà vita alla pietra Alatyr. La Contessa di Pietra guida un



esercito di soldati malvagi, gli Ardari, che seminano distruzione nei villaggi del popolo. Secondo la profezia, quando l'Alatyr tornerà in vita, la Contessa dominerà il mondo intero da tiranna. Ivan è un giovane apprendista intagliatore, destinato a diventare il Sommo Maestro della profezia. Si innamora di Katja, aiutante della Contessa di Pietra, e per amore decide di riportare in vita l'Alatyr...

CLASSIC, GOLD,
REVOLVING E BUSINESS.
BPERCARD
QUADRUPLICA I VANTAGGI.



Message pubblicitario con finalità promozionali. Per tutte le condizioni contrattuali si rinvia ai Fogli Informativi a disposizione della clientela presso ogni filiare della Banca. L'emissione della carta è soggetta ad approvazione.

Sommate la **praticità** di poter prelevare e fare acquisti in tutto il mondo, il **risparmio** sulle commissioni del carburante, le **coperture assicurative gratuite**.

Aggiungete la **chiarezza sulle spese** offerta dall'estratto conto mensile e dal Servizio Clienti, la **consultazione on-line**, il **servizio blocchi** attivo 24 ore su 24 e, riservati alle carte personali, i **vantaggi gratuiti** del Club BperCard.

Moltiplicate tutto per il sistema Classic, Gold, Revolving e Business: avete ottenuto la **formula BperCard**, il sistema di carte di credito a saldo e rateali che il Gruppo Bancario Banca Popolare dell'Emilia Romagna ha creato per i clienti che ogni giorno scelgono i 1.200 sportelli delle sue 12 Banche.

BperCard. Pensata in grande, creata per te.

BPER
CARD
CREATA PER TE.



Servizio Clienti



BANCA DI SASSARI

GRUPPO BANCARIO Banca popolare dell'Emilia Romagna

www.bpercard.it