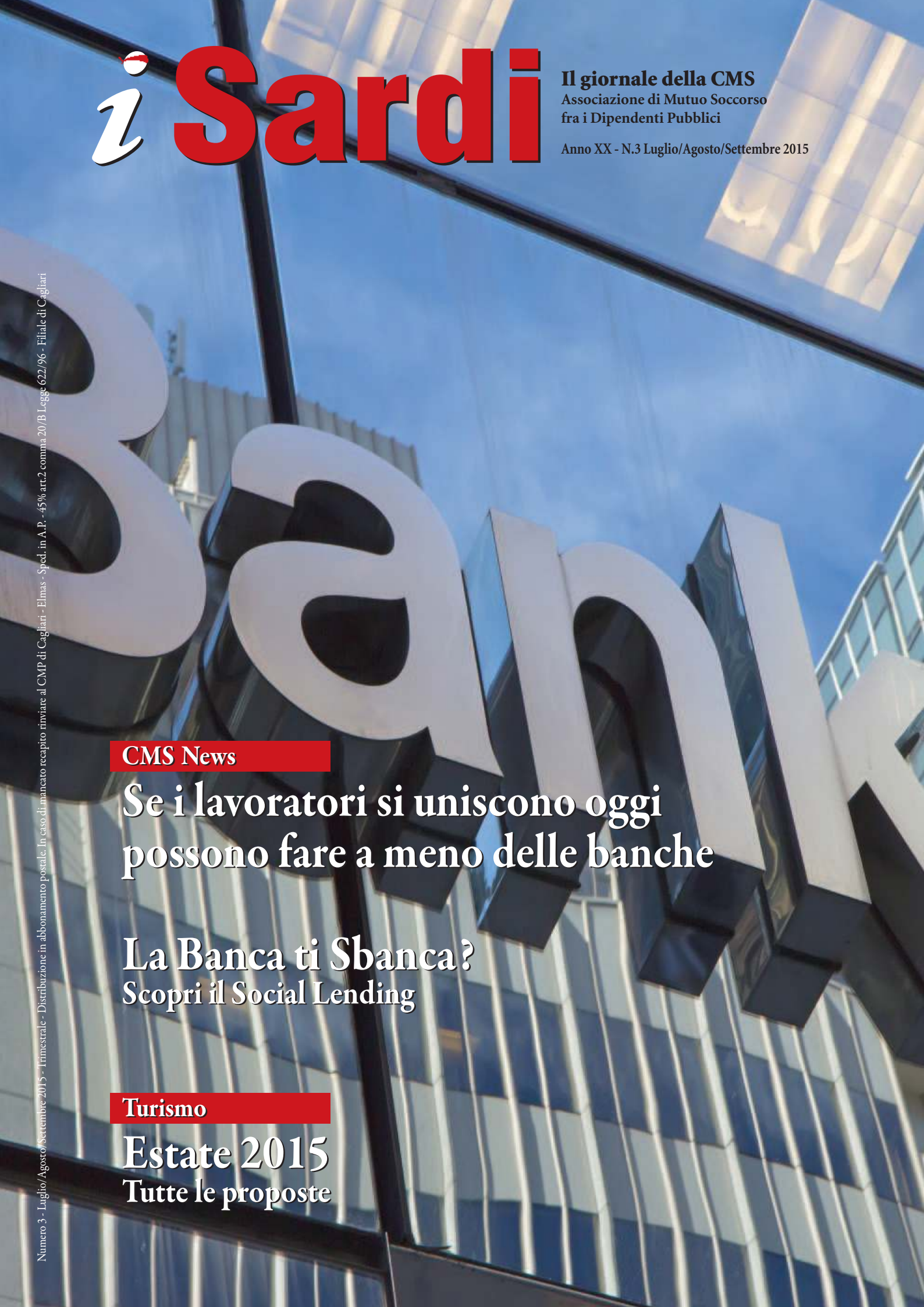
i Sardi

Il giornale della CMS
Associazione di Mutuo Soccorso
fra i Dipendenti Pubblici

Anno XX - N.3 Luglio/Agosto/Settembre 2015



CMS News

Se i lavoratori si uniscono oggi possono fare a meno delle banche

La Banca ti Sbanca?
Scopri il Social Lending

Turismo

Estate 2015
Tutte le proposte

Numero 3 - Luglio/Agosto/Settembre 2015 - Trimestrale - Distribuzione in abbonamento postale. In caso di mancato recapito rinviare al CMP di Cagliari - Elmas - Sped. in A.P. - 45% art.2 comma 20/B Legge 622/96 - Filiale di Cagliari

gli enti convenzionati con la cms

Comuni

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

Enti Nazionali Consorzi Istituzioni Locali

- Anas
- ATA - Azienda Trasporti Pubblici Nuoro
- CIAA Nuoro
- CIAA Oristano
- CIAA Sassari
- Consorzio 21
- Consorzio di Bonifica 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
- CTM
- Istituzione dei concerti "Pierluigi da Palestrina"
- Istituto Zooprofilattico della Sardegna
- Poste Italiane
- Università degli studi di Sassari
- Consorzio ASI Area Sviluppo Industriale

Ministeri*

*(Convenzioni dirette Banca)

- Arma dei Carabinieri
- Aeronautica Militare
- Corte dei conti
- Esercito italiano
- Guardia di Finanza
- Agenzia delle Entrate
- Agenzia delle Dogane
- Ministero della Salute
- Ministero della Difesa - Civili
- Ministero del Lavoro e Prev. Sociale
- Ministero della Pubblica Istruzione
- Ministero del Tesoro D.C. Uff. Locali
- Ministero dell'Economia e Finanza.
- Ministero Giustizia Amm.ne di Polizia penitenziaria
- Ministero Trasporti e Navigazione
- 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

- Asl 1 Sassari
- Asl 2 Olbia
- Asl 3 Nuoro
- Asl 4 Lanusei
- Asl 5 Oristano
- Asl 6 Sanluri
- Asl 7 Carbonia
- Asl 8 Cagliari
- Azienda Ospedaliera Brotzu
- Azienda Ospedaliero Universitaria di Cagliari

Provincie e Comunità Montane

- Cagliari
- Nuoro
- Oristano
- Sassari
- Carbonia - Iglesias
- Comunità Montana del Barigadu
- Comunità Montana del Monte Linas
- XIII Comunità Montana "Sarcidano Barbagia di Seulo" - Isili

Regioni ed Enti Strumentali

- Consiglio Regionale della Sardegna
- Cras
- Regione Autonoma della Sardegna
- Ersu Cagliari
- Ersat
- Istituto di incremento ippico
- Esaf
- Istituto zootecnico caseario per la Sardegna
- Esit
- Ept
- **Università di Cagliari***

*** Convenzione già esistente, non presente nei numeri passati per un errore tipografico**

i Sardi

Direttore responsabile
Pierluigi Manca

Coordinatore Editoriale
Massimo Sainas

Staff Editoriale
Matteo Cadeddu
Roberto Bianchi
Massimo Sainas
Luisa Guidi

Progetto grafico
Massimo Sainas

Foto
Massimo Sainas
Archivio CMS

Prestampa e Stampa
Sainas Industrie Grafiche
Italy - Cagliari

Redazione, Pubblicità, Amministrazione
Via del Fangario, 27
09122 Cagliari
Tel. 070 275121
Fax 070 252048
www.ciemmeesse.it
e-mail: ciemmeesse@ciemmeesse.it

Ufficio CMS Cagliari
Via del Fangario, 27
09122 Cagliari
Tel. 070 275121
Fax 070 252048

Ufficio CMS Oristano
Via Segni, 3 - 09170 Oristano
Tel./Fax 0783 300541

Editore Biesse Servizi srl
Via Asti, 9
09126 Cagliari
Tel. 070 275121 Fax 070 252048
Reg. Trib. Cagliari n.40 del 19/11/1995

sommario

4 **turismo**
Is Morus Relais 4* - Santa Margherita di Pula
Baia Bianca Club Hotel 4 * - Capo Coda Cavallo
Club Esse Shardana 4* - Santa Reparata
Club Esse Cala Bitta 3* - Baia Sardinia
Club Esse Gallura Beach Village 3* - Santa Teresa Di Gallura/Aglientu
Club Esse Roccaruja **** - Stintino
Club Esse Sporting 3* - Stintino
Country Club 4* - Porto Cervo
Colonna Park Hotel 4* - Porto Cervo
Colonna Du Golf - 4* - Golfo di Cugnana
Hotel San Teodoro 4* - San Teodoro
Perdepera Resort 4* - Cardedu
Hotel Corte Rosada 4* - Alghero
Beach Village 4* - Cala Gonone

12 **CMS News**
Comunicato CMS
Convenzioni CMS!

16 **il dentista**
Nuove sfide e tendenze

17 **società**
Incidenti domestici ai bambini

18 **sessualità**
Crisi di coppia

19 **l'angolo del gusto**
Tonno alla carlofortina

20 **ambiente**
Discariche da a...mare

22 **cinema**
I film in usscita da Luglio a Settembre

Is Morus Relais 4*

Santa Margherita di Pula

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.

Quote a persona in camera doppia standard - lato parco
2 notti: dalla cena del giorno di arrivo al pranzo del giorno di partenza
pensione completa bevande incluse
(1/4 di vino della casa + ½ lt di acqua)
*Con contributo Cms

Agosto: € 170*

Settembre: € 150*

Ottobre: € 140*

Riduzioni:
Bimbi 0/2 anni non compiuti in camera con 2 adulti: gratis;
Bimbi 2/12 anni non compiuti in camera con 2 adulti: sconto del 50%.

Supplementi:
singola + 40%

Possibilità di anticipare/prolungare il soggiorno alla stessa tariffa
(su richiesta e previa disponibilità)

Per le prenotazioni contattare la CMS dal Lunedì al Venerdì, la mattina dalle 9.00 alle 13.00, il pomeriggio dalle 15.00 alle 19.00 – Tel Cms Cagliari 070/275121 - 392/9641470

Baia Bianca Club Hotel 4 *

Capo Coda Cavallo

Il Baja Bianca Club Hotel è un villaggio turistico di recente costruzione posto al centro della riserva "Area Marina Protetta Tavolara – Capo Coda Cavallo" nel magnifico promontorio di Coda Cavallo a poca distanza dalla strabiliante baia di Cala Brandinchi, famosa per la sua sabbia bianca e finissima e per il suo splendido mare cristallino, caratteristiche che le conferiscono il nome di "Tahiti". A pochi metri dalla struttura vi è anche la spiaggia di Cala Suaraccia con panorama verso la bellissima Isola di Tavolara. La struttura dispone di un corpo centrale in cui son presenti i servizi principali come hall, ricevimento, il ristorante con una grande e spaziosa veranda coperta con vista mare, zona relax con TV e la boutique-bazar.

Periodi 7 notti

Dal 23/08/2015 al 30/08/2015
€ 820

Dal 30/08/2015 al 06/09/2015
€ 550

Dal 06/09/2015 al 13/09/2015
€ 450

Dal 13/09/2015 al 27/09/2015
€ 380

Le Quote Comprendono
Pensione completa acqua e vino inclusi
Tessera club

Supplementi/Riduzioni
1° bambino fino a 12 anni n.c. free
2° bambino 3/12 anni 50%
3° letto adulti – 30%
camera doppia uso singola + 40% se disponibile

Club Esse Shardana 4*

Santa Reparata

Lo Shardana sorge direttamente sul mare in posizione tranquilla tra verdi macchie di ginepri e mirto che declinano verso il mare a 3 Km da S.ta Teresa di Gallura e 1 Km da Capo Testa.

Distanze: Capo Testa 1 km; Santa Teresa di Gallura 3 km; Palau 25 km; Olbia 65 km; Golfo Aranci 70 km; Aeroporto Olbia 66 km.

Tariffe a persona con trattamento di Pensione Completa (buffet), incluso acqua minerale, birra e vino ai pasti. I limiti di età si intendono sempre per anni non compiuti.
(*) Tariffe Smile: tariffe promozionali valide per minimo 7 notti e disponibili su un contingente limitato di camere.

H - 14/8 - 21/8	**Tariffa giornaliera € 140,00**	**Tariffa settimanale smile (*) € 900,00**
G - 21/8 - 28/8	**Tariffa giornaliera € 120,00**	**Tariffa settimanale smile (*) € 780,00**
D - 28/8 - 4/9	**Tariffa giornaliera € 85,00**	**Tariffa settimanale smile (*) € 545,00**
C - 4/9 - 11/9	**Tariffa giornaliera € 77,00**	**Tariffa settimanale smile (*) € 490,00**
I - 11/9 - 25/9	**Tariffa giornaliera € 59,00**	**Tariffa settimanale smile (*) € 380,00**

Riduzioni:
3° letto: 3/13 anni: Gratis – dai 13 anni: -50%
4° letto: dai 3 anni: -50% (solo letto a castello)
Mezza Pensione: euro 15,00 al giorno a persona

Speciale Coppia: -10% in camera doppia/matrimoniale (anche con 1 bambino 0/3 anni)
Speciale Adulto con Bambino: -50% sul bambino (3-18 anni) in camera doppia
Speciale Family Room (2 camere separate con unico accesso e bagno in comune):
3/4 occupanti pagano 3 quote intere; 5 occupanti pagano 3 quote +1 quota al 50%.

Doppia Uso Singola: 25% di supplemento in tutti i periodi (su richiesta).

Esse Card: obbligatoria dai 3 anni in su, 5 euro al giorno a persona da pagare in loco. Include: Attività del Hero Camp e iYang; sconto del 30% sul noleggio di ombrelloni e lettini presso la spiaggia libera adiacent l'hotel; noleggio teli mare presso la reception; aerobica; GAG; stretching, utilizzo di vela; windsurf e canoe; free access wi-fi; corso di balli caraibici e di gruppo, giochi e tornei, music bar, accesso al teatro per gli spettacoli serali. Il mancato utilizzo dei suddetti servizi, in parte o in toto, non esenta gli ospiti dal pagamento obbligatorio della Esse Card.

Infant Card: da 0 a 3 anni, obbligatoria, 7 euro al giorno a infant da pagare in loco. Include: l'utilizzo della culla e della biberoneria (alimenti forniti) ad orari stabiliti. Il mancato pagamento dei suddetti servizi, in parte o in toto, non esenta gli ospiti dal pagamento obbligatorio della Infant Card.

Animali Domestici: ammessi (peso max 20 kg) e spesa per igienizzazione finale 50,00 euro da pagare in loco.

Arrivi e Partenze: "check in" dopo le ore 16 e "check out" entro le ore 10.

Soggiorno Minimo: 7 notti nei periodi G,H; 4 notti negli altri periodi.
Soggiorni di durata inferiore solo su richiesta.

Per le prenotazioni contattare la CMS dal Lunedì al Venerdì, la mattina dalle 9.00 alle 13.00, il pomeriggio dalle 15.00 alle 19.00 – Tel Cms Cagliari 070/275121 - 392/9641470

a cura della CMS

Club Esse Cala Bitta 3*

Baia Sardinia

Il Cala Bitta è il primo Club Esse della Costa Smeralda e riesce perfettamente a conciliare l'informalità della formula club con la mondanità tipica della costa. Si tratta di una struttura storica, tra le prime della zona, ampiamente rimodernata, situata a Baia Sardinia, in località Cala Bitta, direttamente sul mare e a pochi minuti dalle spiagge più rinomate della Sardegna. Ideale punto di partenza per accedere sia alla Costa Smeralda, sia alle spiagge del nord Sardegna, Palau e Santa Teresa. Gli ampi spazi, le attrezzature e le attività dell'animazione tipiche dei Club Esse garantiscono una vacanza dinamica all'insegna del relax e del divertimento.

Tariffe a persona con trattamento di Pensione Completa (buffet), incluso acqua minerale, birra e vino ai pasti. I limiti di età si intendono sempre per anni non compiuti.
(*) Tariffe Smile: tariffe promozionali valide per minimo 7 notti e disponibili su un contingente limitato di camere.

H - 14/8 - 21/8	Tariffa giornaliera € 118,00	Tariffa settimanale smile (*) € 756,00
G - 21/8 - 28/8	Tariffa giornaliera € 105,00	Tariffa settimanale smile (*) € 672,00
D - 28/8 - 4/9	Tariffa giornaliera € 70,00	Tariffa settimanale smile (*) € 448,00
I - 4/9 - 11/9	Tariffa giornaliera € 62,00	Tariffa settimanale smile (*) € 392,00
A - 11/9 - 25/09	Tariffa giornaliera € 50,00	Tariffa settimanale smile (*) € 319,00

Riduzioni:
3° letto: 3/13 anni: Gratis – 13/18 anni: -50% – 18/99 anni: -25%
4° letto: 3/18 anni: -50% – 18/99 anni: -25%
Mezza Pensione: euro 10,00 al giorno a persona
Pernottamento e Prima Colazione: euro 20,00 al giorno a persona
Speciale Adulto con Bambino: -50% sul bambino (3-18 anni) in camera doppia
Speciale Family Room (2 camere separate con unico accesso e bagno in comune):
3/4 occupanti pagano 3 quote intere; 5 occupanti pagano 3 quote +1 quota al 50%.

Doppia Uso Singola: 25% di supplemento in tutti i periodi (su richiesta).

Esse Card: da 3 a 99 anni, obbligatoria, 6 euro al giorno a persona da pagare in loco. Include: Attività del Hero Camp e iYang; corsi collettivi di nuoto, tiro con l'arco, aerobica, GAG, acquagym, stretching, beach volley, calcetto, uso delle canoe, free access wi-fi, corso di balli caraibici e di gruppo, karaoke, accesso alla piscina ed al teatro per gli spettacoli serali, servizio navetta per le vicine spiagge di Baia Sardinia e Porto Sole. Free wi-fi nelle zone comuni. Il mancato utilizzo dei suddetti servizi, in parte o in toto, non esenta gli ospiti dal pagamento obbligatorio della Esse Card.

Infant Card: Da 0 a 3 anni, obbligatoria, 7 euro al giorno a infant da pagare in loco. Include: l'utilizzo della biberoneria (alimenti forniti) ad orari stabiliti. Il mancato pagamento dei suddetti servizi, in parte o in toto, non esenta gli ospiti dal pagamento obbligatorio della Infant Card.

Animali Domestici: ammessi (peso max 20 kg) e spesa per igienizzazione finale 50 euro da pagare in loco.

Arrivi e Partenze: "check in" dopo le ore 16 e "check out" entro le ore 10.

Soggiorno Minimo: 7 notti nei periodi G,H; 4 notti negli altri periodi. Soggiorni di durata inferiore solo su richiesta.

Club Esse Gallura Beach Village 3*

Santa Teresa di Gallura/Aglientu

Gallura Beach Village è situato all'interno del parco naturale e sito di interesse comunitario (S.I.C.) Monte Russu, nella costa settentrionale della Sardegna , Aglientu, a pochi chilometri da Santa Teresa di Gallura, Capo Testa e Isola Rossa. Santa Teresa di Gallura è famosa per le sue spiagge ed il vivace centro storico, ricco di locali, botteghe artigianali e negozi. . Il Club, immerso nella natura e nei profumi della macchia mediterranea, sorge in una posizione unicaper tranquillità e panorama, nel crinale che sovrasta l'incontaminata spiaggia di Monti Russu, premiata da Legambiente tra le 10 più belle spiagge d'Italia.

Tariffe a persona con trattamento di Pensione Completa (buffet), incluso acqua minerale, birra e vino ai pasti. I limiti di età si intendono sempre per anni non compiuti.
(*) Tariffe Smile: tariffe promozionali valide per minimo 7 notti e disponibili su un contingente limitato di camere.

I - 18/8 - 25/8	Tariffa giornaliera € 105,00	Tariffa settimanale smile (*) € 672,00
F - 25/8 - 1/9	Tariffa giornaliera € 77,00	Tariffa settimanale smile (*) € 493,00
C - 1/9 - 8/9	Tariffa giornaliera € 59,00	Tariffa settimanale smile (*) € 375,00
A - 8/9 - 29/9	Tariffa giornaliera € 50,00	Tariffa settimanale smile (*) € 319,00

Riduzioni:
3° letto: 3/13 anni: Gratis – 13/18 anni: -50% – 18/99 anni: -25%
4° letto: 3/13 anni: letto a castello(**) Gratis 13/18 anni: sconto del 50% - 18/99 anni: sconto del 25% - (**) Promozione valida fino ad esaurimento tipologia. Al termine, riduzione 50% con sistemazione in letti piani.
Mezza Pensione: euro 10,00 al giorno a persona
Pernottamento e Prima Colazione: euro 20,00 al giorno a persona
Speciale Coppia: -10% in camera doppia/matrimoniale (anche con 1 bambino)
Speciale Adulto con Bambino: -50% sul bambino (3-18 anni) in camera doppia
Speciale Family Room (2 camere separate con unico accesso e bagno in comune):
3/4 occupanti pagano 3 quote intere; 5 occupanti pagano 3 quote +1 quota al 50%.
Doppia Uso Singola: 25% di supplemento in tutti i periodi (su richiesta).

Esse Card: da 3 a 99 anni, obbligatoria, 6 euro al giorno a persona da pagare in loco. Include: Attività del Hero Camp e iYang; corsi collettivi di nuoto, tiro con l'arco, aerobica, GAG, acquagym, stretching, beach volley, calcetto, uso delle canoe, free access wi-fi, corso di balli caraibici e di gruppo, karaoke, accesso alla piscina ed al teatro per gli spettacoli serali, servizio navetta per le vicine spiagge di Baia Sardinia e Porto Sole. Free wi-fi nelle zone comuni. Il mancato utilizzo dei suddetti servizi, in parte o in toto, non esenta gli ospiti dal pagamento obbligatorio della Esse Card.

Infant Card: Da 0 a 3 anni, obbligatoria, 7 euro al giorno a infant da pagare in loco. Include: l'utilizzo della biberoneria (alimenti forniti) ad orari stabiliti. Il mancato pagamento dei suddetti servizi, in parte o in toto, non esenta gli ospiti dal pagamento obbligatorio della Infant Card.

Animali Domestici: ammessi (peso max 20 kg) e spesa per igienizzazione finale 50 euro da pagare in loco.

Arrivi e Partenze: "check in" dopo le ore 16 e "check out" entro le ore 10.

Soggiorno Minimo: 7 notti nei periodi G,H,I; 4 notti negli altri periodi. Soggiorni di durata inferiore solo su richiesta.

Per le prenotazioni contattare la CMS dal Lunedì al Venerdì, la mattina dalle 9.00 alle 13.00, il pomeriggio dalle 15.00 alle 19.00 – Tel Cms Cagliari 070/275121 - 392/9641470

a cura della CMS

Club Esse Roccaruja 4*

Stintino

Il Roccaruja (135 camere), situato su una stupenda spiaggia di sabbia bianca ed un mare cristallino considerato fra i più belli del mondo per i suoi colori e le sue trasparenze, è circondato da un paesaggio selvaggio e incontaminato e si affaccia su uno degli scenari più suggestivi del mare sardo di fronte all'isola dell'Asinara.

Distanze: Stintino 4 km - Porto Torres 25 km; Olbia 135 km - Alghero 40 km.

Tariffe a persona con trattamento di Pensione Completa (buffet), incluso acqua minerale, birra e vino ai pasti. I limiti di età si intendono sempre per anni non compiuti.
(*) Tariffe Smile: tariffe promozionali valide per minimo 7 notti e disponibili su un contingente limitato di camere.

H - 14/8 - 21/8	Tariffa giornaliera € 140,00	Tariffa settimanale smile (*) € 900,00
G - 21/8 - 28/8	Tariffa giornaliera € 120,00	Tariffa settimanale smile (*) € 780,00
D - 28/8 - 4/9	Tariffa giornaliera € 85,00	Tariffa settimanale smile (*) € 545,00
I - 4/9 - 11/9	Tariffa giornaliera € 77,00	Tariffa settimanale smile (*) € 490,00
A - 11/9 - 2/10	Tariffa giornaliera € 59,00	Tariffa settimanale smile (*) € 380,00

Riduzioni:
3° letto: 3/13 anni: Gratis – 13/18 anni: -50% – 18/99 anni: -25%
4° letto: 3/18 anni: -50% – 18/99 anni: -25%
Mezza Pensione: euro 10,00 al giorno a persona
Pernottamento e Prima Colazione: euro 20,00 al giorno a persona
Speciale Coppia: -10% in camera doppia/matrimoniale (anche con 1 bambino)
Speciale Adulto con Bambino: -50% sul bambino (3-18 anni) in camera doppia
Speciale Family Room (2 camere separate con unico accesso e bagno in comune):
3/4 occupanti pagano 3 quote intere; 5 occupanti pagano 3 quote +1 quota al 50%.

Doppia Uso Singola: 25% di supplemento in tutti i periodi (su richiesta).

Esse Card: da 3 a 99 anni, obbligatoria, 6 euro al giorno a persona da pagare in loco Include: Attività del Hero Camp e iYang; corsi collettivi di nuoto, tiro con l'arco, aerobica, GAG, acquagym, stretching, beach volley, calcetto, uso delle canoe, free access wi-fi, corso di balli caraibici e di gruppo, karaoke, accesso alla piscina ed al teatro per gli spettacoli serali, servizio navetta per le vicine spiagge di Baia Sardinia e Porto Sole. Free wi-fi nelle zone comuni. Il mancato utilizzo dei suddetti servizi, in parte o in toto, non esenta gli ospiti dal pagamento obbligatorio della Esse Card.

Infant Card: Da 0 a 3 anni, obbligatoria, 7 euro al giorno a infant da pagare in loco. Include: l'utilizzo della biberoneria (alimenti forniti) ad orari stabiliti. Il mancato pagamento dei suddetti servizi, in parte o in toto, non esenta gli ospiti dal pagamento obbligatorio della Infant Card.

Animali Domestici: ammessi (peso max 20 kg) e spesa per igienizzazione finale 50 euro da pagare in loco.

Arrivi e Partenze: "check in" dopo le ore 16 e "check out" entro le ore 10.

Soggiorno Minimo: 7 notti nei periodi G,H; 4 notti negli altri periodi. Soggiorni di durata inferiore solo su richiesta.

Club Esse Sporting 3*

Stintino

Lo Sporting sorge sul poggio del promontorio di Capo Falcone vicino alla spiaggia più famosa del nord Sardegna, la "Pelosa". Storica struttura all'interno del parco del Roccaruja ed immersa nella natura, dista appena 3 km dal centro di Stintino. Gli ampi spazi nella macchia mediterranea, le attrezzature e le attività dell'animazione garantiscono una vacanza dinamica all'insegna del relax e del divertimento, adatta ad una clientela informale e amante dello sport e della natura.

Tariffe a persona con trattamento di Pensione Completa (buffet), incluso acqua minerale, birra e vino ai pasti. I limiti di età si intendono sempre per anni non compiuti.
(*) Tariffe Smile: tariffe promozionali valide per minimo 7 notti e disponibili su un contingente limitato di camere.

H - 14/8 - 21/8	Tariffa giornaliera € 118,00	Tariffa settimanale smile (*) € 756,00
G - 21/8 - 28/8	Tariffa giornaliera € 105,00	Tariffa settimanale smile (*) € 672,00
D - 28/8 - 4/9	Tariffa giornaliera € 70,00	Tariffa settimanale smile (*) € 448,00
I - 4/9 - 11/9	Tariffa giornaliera € 62,00	Tariffa settimanale smile (*) € 392,00
A - 11/9 - 25/9	Tariffa giornaliera € 50,00	Tariffa settimanale smile (*) € 319,00

Riduzioni:
3° letto: 3/13 anni: Gratis – 13/18 anni: -50% – 18/99 anni: -25%
4° letto: 3/18 anni: -50% – 18/99 anni: -25%
Mezza Pensione: euro 10,00 al giorno a persona
Pernottamento e Prima Colazione: euro 20,00 al giorno a persona
Speciale Adulto con Bambino: -50% sul bambino (3-18 anni) in camera doppia
Speciale Family Room (2 camere separate con unico accesso e bagno in comune):
3/4 occupanti pagano 3 quote intere; 5 occupanti pagano 3 quote +1 quota al 50%.

Doppia Uso Singola: 25% di supplemento in tutti i periodi (su richiesta).

Esse Card: da 3 a 99 anni, obbligatoria, 6 euro al giorno a persona da pagare in loco Include: Attività del Hero Camp e iYang; corsi collettivi di nuoto, tiro con l'arco, aerobica, GAG, acquagym, stretching, beach volley, calcetto, uso delle canoe, free access wi-fi, corso di balli caraibici e di gruppo, karaoke, accesso alla piscina ed al teatro per gli spettacoli serali, servizio navetta per le vicine spiagge di Baia Sardinia e Porto Sole. Free wi-fi nelle zone comuni. Il mancato utilizzo dei suddetti servizi, in parte o in toto, non esenta gli ospiti dal pagamento obbligatorio della Esse Card.

Infant Card: Da 0 a 3 anni, obbligatoria, 7 euro al giorno a infant da pagare in loco. Include: l'utilizzo della biberoneria (alimenti forniti) ad orari stabiliti. Il mancato pagamento dei suddetti servizi, in parte o in toto, non esenta gli ospiti dal pagamento obbligatorio della Infant Card.

Animali Domestici: ammessi (peso max 20 kg) e spesa per igienizzazione finale 50 euro da pagare in loco.

Arrivi e Partenze: "check in" dopo le ore 16 e "check out" entro le ore 10.

Soggiorno Minimo: 7 notti nei periodi G,H; 4 notti negli altri periodi. Soggiorni di durata inferiore solo su richiesta.

Per le prenotazioni contattare la CMS dal Lunedì al Venerdì, la mattina dalle 9.00 alle 13.00, il pomeriggio dalle 15.00 alle 19.00 – Tel Cms Cagliari 070/275121 - 392/9641470

a cura della CMS

Country Club 4*

Porto Cervo

Il Colonna Resort si estende su un'area complessiva di circa 60.000 metri quadri ed è composto da due distinti blocchi di ville che, con linee sobrie e tipiche delle costruzioni di stile "Costa Smeralda", costituiscono il Country e Sporting Club. Il Country si sviluppa intorno a due grandi piscine, a cascata una sull'altra, su un parco di ginepri, mirto e corbezzolo, dove il sole, la luce, le colline ed il verde circostante, assieme agli angoli suggestivi delle insenature, sono la naturale cornice di questo esclusivo insediamento ad un solo piano, di cui spesso si vede solo il rosso ocra delle tegole di copertura. Lo Sporting invece, oltre all'ampia piscina, comprende un parco meraviglioso che abbraccia la zona sportiva del Tennis Club, con le molte attività connesse.

Quota a persona, al giorno, in camera doppia standard.
Mezza Pensione -Bevande incluse (1/2 Acqua + ¼ Vino)
Con contributo Cms

Dal 1 al 23 Agosto: € 97,00
Dal 24 al 31 Agosto: € 85,00
Dal 16 al 27 Settembre: € 52,00

Riduzioni:
Bimbi 0/2 anni non compiuti in camera con 2 adulti: gratis
Bimbi 2/12 anni non compiuti in camera con 2 adulti: sconto del 50%
Oltre 12 anni: sconto del 30%.

Supplementi:
Camera singola: + 20% a notte;
Pensione Completa: € 12,00 a persona, al giorno

Colonna Park Hotel 4*

Porto Cervo

Il Colonna Park Hotel si sviluppa in un parco-giardino di circa 20.000 metri quadrati, in prossimità della Marina di Porto Cervo. Porto Cervo non ha bisogno di grande presentazione. 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. Lo Shopping e 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.

Quota a persona al giorno, in camera doppia standard
Mezza Pensione – Bevande Incluse (1/2 acqua + 1/4 vino)
Con contributo CMS

Dal 1 al 23 Agosto: € 97,00
Dal 24 al 31 Agosto: € 87,00
Dal 16 al 27 Settembre: € 55,00

Riduzioni:
Bimbi 0/2 anni non compiuti in camera con 2 adulti: gratis
Bimbi 2/12 anni non compiuti in camera con 2 adulti: sconto del 50%
Oltre 12 anni: sconto del 30%.

Supplementi:
Camera singola: + 20% a notte;
Pensione Completa: € 12,00 a persona, al giorno

Per le prenotazioni contattare la CMS dal Lunedì al Venerdì, la mattina dalle 9.00 alle 13.00, il pomeriggio dalle 15.00 alle 19.00 – Tel Cms Cagliari 070/275121 - 392/9641470

a cura della CMS

Colonna Du Golf - 4* Golfo di Cugnana

Il Colonna Hotel Du Golf, hotel 4 stelle in Costa Smeralda, si trova sulla strada Panoramica Costa Smeralda nello splendido golfo di Cugnana.
L'intera proprietà abbraccia un'area ampia circa 50.000 mq. Questo hotel si sviluppa in un unico blocco, al centro del quale trova posto la piazzetta "Rosa dei Venti" e dispone di 106 camere. Il complesso è posizionato ad appena 30 mt. dal mare, situato all'interno del Parco Naturale del "Golfo di Cugnana", una suggestiva baia conosciuta in tempi lontani come un antico Porto Romano. Alcune tra le spiagge più suggestive della Costa Smeralda sono facilmente raggiungibili dal Colonna Hotel Du Golf. E' la location adatta per chi viaggia in coppia o con la famiglia, in cerca di una vacanza di "completo relax" immersi nella natura. L'Hotel dispone inoltre di una piscina attrezzata con lettini prendisole e ombrelloni e dotata di area idromassaggio. Il divertimento e l'intrattenimento per i bambini dai 5 ai 10 anni è garantito grazie ad un Mini Club e ad un piccolo parco giochi all' aperto: piccoli ospiti saranno costantemente seguiti da personale altamente qualificato, con diverse attività ludiche e ricreative. Naturalmente, per i più piccini, l'hotel potrà predisporre su richiesta un servizio di baby sitting. L'animazione si estende anche agli adulti e sarà motivo di svago e divertimento, ma senza invadere gli spazi di coloro che hanno scelto una vacanza all' insegna del relax, quasi in riva al mare.

Quota a persona, a notte, in camera doppia standard
Mezza Pensione – Bevande Incluse (1/2 acqua + 1/4 vino)
Con contributo CMS

Dal 1° al 23 Agosto: € 95,00
Dal 24 al 31 Agosto: € 83,00
Dal 1° al 15 Settembre: € 63,00
Dal 16 al 27 Settembre: € 50,00

Riduzioni 3°/4° letto:
Bimbi 0/2 anni non compiuti in camera con 2 adulti: gratis
Bimbi 2/12 anni non compiuti in camera con 2 adulti: sconto del 50%
Oltre 12 anni: sconto del 20%

Piano Famiglia 4 Persone:
3 Quote intere (la quarta persona va gratis)

Supplementi:
Doppia uso singola: + 20% a notte;
Pensione Completa: € 12,00 a persona, al giorno

Hotel La Valle - 3*

Carloforte

L'Hotel La Valle si trova al centro dell'isola di San Pietro, uno dei tratti più affascinanti dell'isola, a pochi minuti dal centro turistico di Carloforte. Completamente immerso nel verde della macchia mediterranea, l'Hotel La Valle è il luogo ideale per trascorrere la vostra vacanza in totale relax. Le camere dispongono di aria condizionata, di una TV satellitare e di un minibar. La struttura ospita una piscina all'aperto e un ristorante che serve specialità locali.

Quota a persona, a notte, in camera doppia/matrimoniale (pernottamento e prima colazione) - Min 2 Notti - Con contributo CMS

Agosto: € 43,00
Settembre: € 28,00

Riduzioni:
Bimbi 0-3 anni in camera con due adulti: gratis – Da 4 a 7 anni in camera con due adulti: sconto del 50% – Da 8 a 12 anni: sconto del 30%.

Supplementi:
Mezza Pensione (cena-bevande incluse): € 22 a persona
Camera doppia uso singola: € 15 a notte

Per le prenotazioni contattare la CMS dal Lunedì al Venerdì, la mattina dalle 9.00 alle 13.00, il pomeriggio dalle 15.00 alle 19.00 – Tel Cms Cagliari 070/275121 - 392/9641470

a cura della CMS

Hotel San Teodoro 4*

San Teodoro

L' Hotel San Teodoro è situato sulla costa nord orientale della Sardegna a pochi passi da alcune delle spiagge più belle della costa tirrenica. Le camere, tutte arredate con cura e raffinatezza, dispongono di aria condizionata, frigo bar, cassetta di sicurezza, telefono, televisore satellitare, servizi privati con asciugacapelli e doccia. Il ristorante, propone una cucina tipicamente italiana, con servizio a buffet. La grande piscina sorge in un'area riservata ove si svolgono sports e animazione.

Quote per persona, al giorno
Mezza Pensione – Bevande Escluse

Dal 2 al 22 Agosto 2015
€ 110,00 (Camera Classic)
€ 122,00 (Camera Elegant)

Dal 23 Agosto al 12 Settembre 2015
€ 90,00 (Camera Classic)
€ 100,00 (Camera Elegant)

Dal 13 al 19 Settembre 2015
€ 71,00 (Camera Classic)
€ 85,00 (Camera Elegant)

Dal 20 Settembre al 10 Ottobre 2015
€ 57,00 (Camera Classic)
€ 71,00 (Camera Elegant)

Riduzioni
0 a 3 anni in culla: Gratis - Da 4 a 10 anni in 3° e 4° letto: -50%
Da 11 a 15 anni in 3° e 4° letto: -20% - Da 16 anni in 3° e 4° letto: -15%

Supplementi:
Camera singola: € 25,00 a notte – Pensione Completa: € 15,00 a notte
Vista Piscina: € 15,00 a notte - Cucina per celiaci con alimenti base (pane e pasta) forniti dalla struttura: € 5,00 - Animali non ammessi

Perdepera Resort 4*

Cardedu

Perfettamente inserito in un contesto ambientale dove la natura è ancora selvaggia, Perdepera Resort è costituito da una zona servizi con ristorante e bar da un lato e reception dall'altro, entrambi affacciati sulla bella piscina, e una fresca pineta protegge la grande spiaggia. Alle spalle, piccoli gruppi di casette a schiera ospitano le camere, completamente immerse nel verde dei giardini fioriti e della rigogliosa macchia mediterranea.

Quote a persona, in camera doppia standard

14-20 Agosto € 125,00 (Classic)

21-27 Agosto € 102,00 (Classic)

28 Agosto – 03 Settembre € 83,00 (Classic)

04 – 10 Settembre € 73,00 (Classic)

18 – 24 Settembre € 60,00 (Standard)

25 – 27 Settembre € 57,00 (Standard)

Riduzioni
3° e 4° letto per adulti e ragazzi di oltre 14 anni: sconto del 30%
3° e 4° letto ragazzi dai 2 anni ai 14 anni non compiuti: sconto del 50%
Bimbi da 0 a 2 anni non compiuti in camera con 2 adulti: gratis
La culla è fornita in uso gratuito (fino ad esaurimento disponibilità).

Supplementi
camera doppia uso singola: + 30%

Pensione completa con bibite dal dispenser incluse durante i pasti

Per le prenotazioni contattare la CMS dal Lunedì al Venerdì, la mattina dalle 9.00 alle 13.00, il pomeriggio dalle 15.00 alle 19.00 – Tel Cms Cagliari 070/275121 - 392/9641470

a cura della CMS

Hotel Corte Rosada 4*

Alghero

L'hotel Corte Rosada è posizionato nell' incantevole Baia di Conte, a pochi km dal famoso centro turistico di Alghero, affacciato direttamente su una spiaggia di candida sabbia e immerso nel profumo di una folta e rigogliosa pineta. Le 160 camere, elegantemente arredate e dotate di ogni confort, sono dislocate in 10 tranquille villette, disposte su due livelli, con una magnifica vista tra il verde dei pini e l'azzurro del mare. La Baia di Conte e Capo Cacciarendono questa zona una delle più richieste dagli amanti della natura e del mare ed una meta ambita dai sub che possono ammirare gli stupendi fondali e le innumerevoli grotte marine sparse per tutta la costa.

Quote a persona al giorno in camera doppia standard
B&B (pernottamento e prima colazione)

***AGOSTO: € 70,00**

***SETTEMBRE: € 47,00**

***OTTOBRE: € 36,00**

Riduzioni
Bimbi 0/2 anni in camera con due adulti: gratis
3° letto da 3 anni in su: € 41,00 a Giugno
3° letto da 3 anni in su: € 50,00 a Luglio e Agosto
3° letto da 3 anni in su: € 36,00 a Settembre
3° letto da 3 anni in su: € 25,00 a Ottobre

Quadruple disponibili solo con 2 camere comunicanti al prezzo di due doppie.

Supplementi
Camera Singola: € 90,00 a notte a Giugno
Camera Singola: € 125,00 a notte a Luglio e Agosto
Camera Singola: € 83,00 a Settembre
Camera Singola: € 63,00 a Ottobre

Mezza Pensione: € 20,00 al giorno (cena – bevande escluse)

Beach Village 4*

Cala Gonone

In posizione panoramica sul Golfo di Orosei, il Beach Village è inserito in un giardino esteso all'interno di un parco secolare costituito da vegetazione mediterranea.

Quote a persona al giorno in pensione completa, bevande incluse (acqua, vino e succhi di frutta ai pasti), minimo 7 notti (soggiorni meno di 7 notti: solo su richiesta) con contributo cms

Dal 8 al 21 Agosto: € 107,00

Dal 22 al 28 Agosto: € 94,00

Dal 29 al 4 Settembre: € 75,00

Dal 5 al 11 Settembre: € 61,00

Dal 12 al 27 Settembre: € 50,00

Riduzioni:
Bimbi 0/2,99 anni con 2 adulti: gratis con culla propria; € 100,00 a settimana con culla dell'Hotel da richiedere al momento della prenotazione e da pagare in loco; 3° letto 3/11,99 anni con 2 adulti: Gratis; 4° letto 3/11,99 anni con 2 adulti: – 50%; 12/15,99 anni in 3° e 4° letto con 2 adulti: – 50%. Adulti in 3° e 4° letto:- 25%.
Speciale Single + Bimbo: Single (quota intera) + Bimbo (- 50% con età inferiore ai 16 anni) in camera doppia.

Supplementi:
Camera Singola: + 30% (nessun supplemento sino al 26/6 e dal 29/8);
Animali di piccola taglia:€ 50,00 a settimana da pagare in loco;
Tessera Club obbligatoria da 3 anni in su: € 35,00 a settimana (€ 5 al giorno), a persona, da pagare in loco.

Posti limitati! ricordiamo che lo scorso anno numerosi soci non sono riusciti a prenotare in questa struttura a causa della mancata disponibilità di camere.

Per le prenotazioni contattare la CMS dal Lunedì al Venerdì, la mattina dalle 9.00 alle 13.00, il pomeriggio dalle 15.00 alle 19.00 – Tel Cms Cagliari 070/275121 - 392/9641470

LA BANCA TI SBANCA?
scopri il "SOCIAL LENDING"

Finalmente il "Prestito Sociale" per i soci CMS !!

Siamo davvero lieti di poter annunciare ai tutti i ns. soci che la CMS ha concluso un prezioso accordo di collaborazione con "Prestiamoci" (www.prestiamoci.it), la più importante piattaforma di social lending in Italia.

Ma cosa è esattamente il social lending?
Come tutti sanno nel mercato del credito un ruolo centrale è svolto dai prestiti personali, cioè da quei finanziamenti che vengono concessi senza garanzie e per importi relativamente limitati. È il settore in cui la CMS da sempre si sforza di ottenere le migliori condizioni possibili per i propri soci da parte delle banche, che hanno avuto finora l'appannaggio esclusivo di tale mercato, per loro assai remunerativo. Il social lending rappresenta una vera e propria rivoluzione del settore, consentendo per la prima volta ai privati di scambiarsi il denaro tra di loro, estromettendo del tutto le banche dal circuito dei prestiti.

È legale?
Il social lending è perfettamente a norma di legge, e sottoposto dalla Banca d'Italia alle stesse autorizzazioni ed allo stesso regime di controlli cui sono sottoposte le banche e le società finanziarie; in effetti si tratta di un fenomeno nato di recente, che dal 2005 ha iniziato a diffondersi nei principali paesi del mondo e che finalmente è approdato anche in Italia, in seguito al recepimento delle normative comunitarie che sono valse a superare le iniziali resistenze da parte della Banca d'Italia. Questa attività di intermediazione di pagamenti infatti è riconducibile alle attività degli Istituti di Pagamento, previsti dalla direttiva europea 2007/64 sui servizi di pagamento e introdotti in Italia con il d.lgs 11/2010 del 27 gennaio 2010.

È una cosa seria?
Sebbene da noi ancora quasi del tutto sconosciuto il social lending rappresenta un fenomeno mondiale di tutto rispetto ed in costante crescita; Solo negli Stati Uniti con queste modalità vengono erogati 500 milioni di euro al mese. Trustbuddy International, la società norvegese controllante della piattaforma italiana "Prestiamoci" con cui la CMS ha concluso l'accordo di collaborazione, è leader mondiale nel suo segmento e attiva sul mercato di 9 Paesi europei. Con oltre 300.000 utenti e sette sedi in Svezia, Finlandia, Norvegia, Danimarca, Spagna, Estonia e Polonia, TrustBuddy è la più grande piattaforma di intermediazione nella concessione di prestiti a breve termine e dal 2011 è quotata in Borsa. Alla fine dello scorso anno nella Borsa USA la società di prestiti P2P (Peer-To-Peer) Lending Club è stata quotata con un valore attorno ai 5/6 miliardi di euro.

Come funziona Prestiamoci?
Si tratta di una piattaforma web, gestita da operatori a ciò autorizzati dalla Banca d'Italia e soggetti al suo controllo, che consente di ottenere un prestito o di investire i propri risparmi senza doversi obbligatoriamente rivolgersi al sistema Bancario. La grande novità sta proprio qui, nella possibilità che i cittadini possano ottenere denaro da altri cittadini senza che ci sia la Banca a fare da intermediario finanziario. Si evita così un intervento che peraltro è sempre notevolmente oneroso, dovendo essere sufficiente a coprire gli alti costi della struttura bancaria (Direzioni, Sedi, Filiali, Personale ...), il costo di acquisizione del denaro (benché lo acquistino a costo praticamente zero: tutti possiamo osservare che cosa ci viene corrisposto con il conto corrente, ma anche con i loro certificati di deposito) ed, infine, generare profitto, dal momento che queste società sono quasi sempre quotate in borsa.

Si ma il mio beneficio quale è?
I benefici sono diversi, intanto perché posso ottenere il mio prestito pagando un TAN che parte dal 3,90 %, e che diventa un TAEG finito che parte dal 5,40%, inclusi tutti i costi; L'altro aspetto non meno importante riguarda il fatto che il denaro che ricevo sotto forma di prestito mi viene dato direttamente dai risparmiatori i quale decidono di impiegare i propri risparmi (somme non inferiori a €1.500 € e non superiori a € 50.000) in questa forma diretta, solidale, ma soprattutto molto più redditizia (si consideri solo che con i così detti titoli del debito pubblico, siano essi BOT o CCT, o più famosi BTP decennali, abbiamo sempre rendimenti che stanno sotto il 2%).

Ma quali sono i rischi?
Per chi riceve le somme in prestito non cambia assolutamente nulla rispetto alle banche/finanziarie. Per chi presta non ci sono rischi particolari in quanto esiste una duplice garanzia. In primo luogo il rispetto dei regolamenti fissati dalla Banca d'Italia, senza i quali l'attività di social lending non sarebbe legale. In secondo luogo, e questa è probabilmente la garanzia più importante, il risparmiatore è tutelato dal modello di diversificazione del rischio adottato da Prestiamoci. Questo ovviamente non implica una garanzia nel caso in cui i debitori non restituiscono i soldi presi in prestito, ma questo rischio viene minimizzato in quanto i soldi investiti non sono prestati ad un solo soggetto, ma ad una pluralità di richiedenti.
Facendo un esempio concreto: se decido di prestare € 5.000 questi non verranno destinati tutti ad un unico soggetto, ma saranno suddivisi in 100 prestiti da 50 euro ciascuno, e questa diversificazione per sua natura abbatte i rischi di insolvenza.

Come viene valutata la qualità dei debitori?
I richiedenti vengono analizzati e classificati in sette diverse classi di rischio secondo una procedura che tiene conto del reddito, delle proprietà, di eventuali problematiche con conti correnti, carte di credito, bollette e prestiti precedenti sulla piattaforma. Inoltre a chi presta i suoi risparmi è data la possibilità non solo di scegliere le classi di rischio dei richiedenti ma anche di indicare ulteriori parametri come per esempio il luogo di residenza, l'età e altri ancora. Grazie a tale metodo statisticamente la classe A, la migliore, ha un tasso d'insolvenza del 0,2/0,3%, ma chi presta il denaro può scegliere di correre un rischio maggiore, a fronte però di un rendimento decisamente più alto, oppure di spalmare il proprio "investimento" su diverse classi di rischio, per ottenere il massimo del ritorno col minor rischio medio.

In cosa consiste l'accordo con la CMS?
È evidente che il metodo utilizzato da Prestiamoci si coniuga perfettamente con il modello utilizzato dalla CMS da più di 20 anni. La categoria dei dipendenti pubblici del nostro paese infatti può essere ancora considerata la più garantita al mondo in ordine al rischio di perdita dell'impiego, e certamente il meccanismo di restituzione dei prestiti mediante addebito della rata diretto in busta paga ha garantito finora un tasso d'insolvenza praticamente nullo, pur in una serie storica così lunga. Tutto ciò consente a Prestiamoci, pertanto, d'inquadrare almeno a priori tutti i soci della CMS nella classe di merito "A", cioè quella che consente l'ottenimento dei tassi migliori possibili; Naturalmente tale inquadramento non sottrae il richiedente dall'effettuazione di ogni controllo di merito che Prestiamoci svolge abitualmente, però è evidente che gran parte dei soci della CMS non avrà alcuna difficoltà ad entrare a pieno titolo nella categoria dei "migliori clienti"; analogamente i soci che invece vorranno investire parte delle proprie risorse saranno ben contenti di destinarle ai loro colleghi così meritevoli, escludendo le banche dal processo. Andiamo tutti insieme a sviluppare pertanto un meccanismo virtuoso che, per le sue caratteristiche, si presenta come una novità assoluta nel ns. paese e di cui ogni socio della CMS non potrà che essere orgoglioso.

Vi aspettiamo con piacere nei ns. uffici per rispondere ad ogni vs. domanda e per aiutarvi ad entrare nel mondo del social lending.

Il Presidente
Pasquale Biasioli

SCHEDA PRODOTTO

VISA

CARTA CORPORATE SILVER
CON ADDEBITO SUL CONTO PERSONALE

LA CARTA DI CREDITO DEDICATA AI SOCI DI CMS - ASSOCIAZIONE MUTUO SOCCORSO

CONVENIENTE

La prima emissione e i successivi rinnovi annuali sono gratuiti. Corporate Card, con una disponibilità mensile a partire da 1.600 euro, prevede che le spese effettuate vengano contabilizzate sul proprio conto corrente bancario dopo ben 35 giorni, con un **risparmio medio di valuta di circa 50 giorni**. Per esempio, le spese effettuate dal 26 Novembre al 26 Dicembre vengono addebitate il 31 Gennaio. Le spese di bollo non sono applicate, consentendo un risparmio annuo fino a 24,00 euro. Restano a carico del Titolare le spese di inoltro della lettera di addebito pari a 1,29 euro per l'invio cartaceo. In alternativa è possibile richiedere la lettera addebito online a condizioni di gratuità. Inoltre, la commissione spesa di rifornimento carburante pari a 0,77 euro sarà applicata solo per importo uguale o superiore a 100,00 euro. Per importi inferiori, tale commissione non verrà applicata.

INNOVATIVA

L'addebito delle spese viene effettuato sul proprio conto corrente, indipendentemente da quale sia la banca d'appoggio (incluso BancoPosta). **Non è, quindi, necessario aprire un nuovo conto o cambiare Banca**.

INTERNAZIONALE

Viene accettata ovunque sia esposto il marchio **Visa, il network internazionale** che garantisce la massima spendibilità presso oltre 27 milioni di esercizi convenzionati in tutto il mondo, e consente di prelevare denaro contante da oltre 900.000 sportelli automatici.

TRASPARENTE

La lettera di addebito che viene spedita al Titolare, con cadenza mensile, (il giorno 26 del mese) riepiloga in modo semplice e dettagliato tutte le operazioni effettuate.

RICCA DI SERVIZI

Carta Corporate Silver Visa offre un pacchetto di **servizi di assistenza e assicurazione aggiuntivi e gratuiti**, che permettono sempre e ovunque di affrontare le emergenze in totale sicurezza e tranquillità. Grazie al **Servizio via SMS, il Titolare può controllare in ogni momento il saldo della Carta ed essere avvertito per ogni transazione effettuata**. Inoltre, tutte **le transazioni possono essere comodamente visualizzate e scaricate dal sito web dedicato**, previa registrazione. In più, per eliminare le code ai caselli autostradali, è possibile richiedere **Telepass Family** e addebitare i pedaggi comodamente sulla propria Carta Corporate.

VALUE CLUB

Carta Corporate Silver Visa consente di aderire al programma fedeltà che premia gli acquisti fatti con l'accumulo di preziosi punti utili per ottenere sconti e regali esclusivi (es. MilleMiglia Alitalia, ecc.). L'adesione al Value Club ha un costo annuale di 25 euro.

VALUE Club

Deutsche Bank Easy

Nuove Convenzioni CMS

ANTICO CAFFÈ dal 1855

15% di sconto
sull'importo dovuto e risultante dal conto prodotto al momento della richiesta di pagamento su importo dovuto di almeno 15,00 euro

Piazza Costituzione, 10/11 Cagliari

RARI NANTES CAGLIARI

15% di sconto
sull'importo dovuto e risultante dal conto prodotto al momento della richiesta di pagamento
Escluso menù a prezzo fisso

Viale Colombo, 137 Cagliari

Piper

15% di sconto
al momento della richiesta di pagamento.
10% di sconto per menù a prezzo fisso, eventi e/o cerimonie con prezzo fisso predeterminato.

Viale Diaz, 144 Cagliari

Libreria della Stazione

10% di sconto
su tutti gli articoli
(compresi i dizionari)
esclusi testi universitari e scolastici

Via Roma, 26 Cagliari

antuofermo fashion island

10% di sconto
sui prezzi di listino

Ex S.S. 131
Km 11,100 Sestu

EX NOVO srl

20% di sconto
nei punti vendita di Cagliari e Provincia.
Non praticabile nel periodo di saldi
e non cumulabile con altre promozioni

Via Cuoco,8 - Pirri Cagliari

GRUPPO COLLU

10% - 15% - 20% di sconto
a seconda del marchio acquistato

Via Lussu, 50 Serramanna
Via Amsicora, 20 Assemini
Via Dei Giudicati, 33/35 Cagliari

macro

10% di sconto
nei punti vendita Sestu - Guspini - Carbonia
Esclusi gli articoli esposti con etichetta in giallo

Ex S.S. 131 Km 11,500 Sestu
Fronte Corte del Sole

il gatto ristorante

15% di sconto
al momento della richiesta di pagamento.
10% di sconto per menù a prezzo fisso, eventi e/o cerimonie con prezzo fisso predeterminato.

Viale Trieste, 15 - 15/A Cagliari

HOTEL

20% di sconto
sul prezzo al pubblico Ingressi Centro Benessere per percorso "Acqua Jorney"

dal lunedì al venerdì € 25,00 (prezzo soci € 20,00)
dal sabato alla domenica € 35,00 (prezzo soci € 28,00)

Via Dei Giudicati, 66 Cagliari

Dott.ssa Cristiana Corrias - Odontoiatra
Via Dalmazia 33 Selargius 09047 (Ca) - 070841509
cristianacorrias@tiscali.it

Nuove sfide e tendenze

Strategie ultra conservative

Un argomento di grande attualità e a lungo dibattuto tra gli esperti del nuovo e del vecchio continente, si occupa delle opzioni terapeutiche e delle strategie che consentono di mantenere l'integrità e la vitalità del dente il più a lungo possibile e di utilizzare materiali restaurativi che hanno proprietà ottiche, fisiche e meccaniche simili ai denti naturali. Un approccio altamente biologico e funzionale che vede come prima scelta quei trattamenti dentali che consentono di restaurare sia i denti anteriori che i denti posteriori con tecniche non invasive o mini-invasive e utilizzando materiali che riproducono il comportamento biomeccanico dei denti sani.

Tradizionalmente l'odontoiatria restaurativa ripristina la sostanza dentaria persa per carie, per trauma, per usura meccanica o chimica tramite l'applicazione direttamente in bocca di materiali da restauro (amalgama e compositi). Oppure indirettamente, cioè tramite una impronta del dente, realizzando in laboratorio, con l'ausilio dell'odontotecnico, dei dispositivi protesici quali le corone (o capsule), gli intarsi, le faccette.

I materiali utilizzati sono leghe metalliche, ceramica, zirconio o resine composite (un mix di vetro e resine). L'obiettivo e la sfida dell'odontoiatria moderna ultra-conservativa è di fare più prevenzione, più diagnosi precoce, di curare il più possibile e di preservare il dente restaurandolo esteticamente e funzionalmente e conservando la sostanza dentaria residua e sana con restauri (faccette e intarsi) che vengono incollati al dente. Il risultato è ottimo nell' immediato, ma il maggior vantaggio si ha a lungo termine per facilità di integrazione, semplicità di mantenimento e di riparazione quando si usurano o si scheggiano. Con questo approccio conservativo e poco invasivo la prima scelta sono gli sbiancamenti e i restauri in resina composita cementati con tecniche adesive e di conseguenza ci si augurano meno terapie invasive e complesse: meno terapie canalari, meno perni, meno corone e meno impianti; i cui fallimenti e rifacimenti sono sempre molto costosi e talvolta complicati.

Anche perché dovrebbe essere comunicato e spiegato ai pazienti che gli interventi che vengono fatti nella bocca non sono "per sempre", perché è la bocca stessa a modificarsi di continuo e che gli impianti, i perni metallici, le corone in ceramica rappresentano sempre una via di non ritorno e che non seguono le fisiologiche continue e lente modifiche che subisce tutto l'apparato orale (denti, gengive, osso, muscoli orali e articolazione temporomandibolare).

Grazie ai materiali di nuova generazione e alle nuove tecnologie: i sistemi di lettura ottica, progettazione virtuale, sistemi di stampaggio e di fresaggio CAD/CAM si possono realizzare dispositivi anche in resina composita di grande precisione e realizzare trattamenti di altissima qualità. Si tratta di opzioni terapeutiche molto interessanti che puntano all'eccellenza e vogliono offrire al paziente la migliore cura possibile salvaguardando la salute attuale e futura della bocca e che possono rappresentare una chance economicamente sostenibile anche per quei pazienti che a causa della crisi economica hanno difficoltà a frequentare gli studi odontoiatrici. A maggior ragione in un momento di crisi è auspicabile spendere i pochi soldi che si hanno a disposizione nel modo più saggio possibile. Un orientamento che si contrappone ai trattamenti protesici e implantari che in quest'ottica rappresentano sempre l'ultima chance. Un approccio che potrebbe essere riassunto con "meno è meglio". ■

matteo cadeddu

La casa è un luogo pericoloso

Incidenti domestici ai bambini

Un bambino che cammina autonomamente è a rischio di incidente grave con maggiori probabilità nell'ambiente domestico piuttosto che nella strada; la casa è, infatti, solo apparentemente più sicura della strada. Questo vale anche per il bambino di età inferiore all'anno che utilizza il girello per muoversi dentro casa. E' questo un ulteriore motivo per non utilizzare il girello ma il box. Gli incidenti che si possono verificare sono molti e sono tutti correlati alla possibilità del bambino di raggiungere zone della casa oppure oggetti o suppellettili che possono cadere o tagliare, o, ancora, sostanze tossiche. Per limitare i rischi è bene che il bambino piccolo non stia solo in casa o nella stanza. Le cause principali di incidente sono rappresentate da elementi strutturali della casa: le porte e le finestre e le scale mentre l'ambiente più rischioso è la cucina. Non ci sono problemi per l'impianto elettrico moderno dotato di prese di sicurezza e salvavita ma non si devono utilizzare imprudentemente prolunghe o cavi elettrici non fissati nelle appropriate canalette. Il must dell'incidente domestico è rappresentato dalle maniglie delle porte.

Spesso il bambino gioca correndo senza guardare dove va perché è impegnato a verificare la reazione dei genitori. Una porta oppure un finestrone chiusi possono rappresentare un ostacolo contro cui battere violentemente il capo così come la presenza delle maniglie oppure di una finestra o uno sportello della cucina aperti possono determinare lesioni lacero-contuse alla testa del bambino; talvolta può essere interessato anche il bulbo oculare e quindi l'attenzione a questi pericoli deve essere massima. Anche una caduta tenendo un oggetto appuntito in mano, come una matita, può essere altrettanto pericolosa. Per limitare questo genere di incidenti bisogna esplorare l'ambiente dove si trova il bambino con occhi attenti e con ingenuità e fantasia. Il bambino, infatti, è privo di esperienza e pensa solo a giocare: sta a noi prevedere la possibilità di ferita accidentale determinata da un oggetto apparentemente innocuo.

Non sono innocue neppure le librerie, soprattutto quelle alte e strette, perché, qualora non siano ben assicurate al muro, possono capovolgersi se sbilanciate dal peso di un bambino che si arrampica. Uno scalatore è, inoltre, a rischio di caduta sia dalla suddetta libreria che da un tavolo o da un altro mobile alto. La caduta può, però, avvenire anche da una sedia utilizzata, ad esempio, per sbirciare dalla finestra; la caduta può verificarsi sul pavimento oppure, con conseguenze più gravi, fuori dalla finestra. Per limitare quest'ultima eventualità è necessario che i parapetti siano alti almeno 1 metro ed eventualmente protetti da ulteriori barriere a stecche distanti tra loro non più di 10 centimetri.

Per limitare cadute pericolose i vasi da fiori nei davanzali e nelle terrazze devono essere bene assicurati alle pareti mentre per scongiurare gli avvelenamenti non si devono coltivare piante pericolose (seppure molto belle) come la dieffenbachia, il filodendro oppure la stella di natale; i prodotti utilizzati in giardino devono essere conservati in luogo chiuso.

In conclusione, che cosa è opportuno fare? Provare a pensare come un bambino, abbassarsi al suo livello mentale e fisico, mettendosi in ginocchio e tentare di ragionare come uno che non ragiona. E, dopo tutti i nostri sforzi, sperare che non succeda niente di grave. ■

luisa guidi

Crisi di coppia

Quando lui ha un problema

Le consultazioni maschili per le crisi di coppia più importanti oggi riguardano tre problemi: la crisi del desiderio che si esprime in una frequenza molto dilatata tanto da far sentire le donne irritate dalla mancanza di una sollecitazione sessuale maschile; la riduzione dei tempi dell'eiaculazione e la disfunzione dell'erezione che viene spesso confusa dalle donne con la paura di non essere più attraenti.

La crisi del desiderio si confronta con la mancanza di tempo e con lo stress e dopo la nascita dei figli con la mancanza di sonno, con la paura di non avere tempo per i propri interessi. Le partner guardano ai problemi di Lui con ansie e aggressività che rinforzano il disagio sessuale maschile. Difficilmente le partner nella consultazione sessuologica esprimono una immediata collaborazione anche se sono state il motore della consultazione, difendono il loro desiderio che la sessualità si possa rimettere in moto anche per proteggere il loro bisogno di conferme e di essere ancora identificate come desiderabili. Spesso sono depresse e preoccupate di non avere più una capacità seduttiva e di impatto.

I problemi divengono più gravi quando si è scoperto un tradimento e questo è andato ad incidere sulla loro autostima. Angela ha scoperto che Bruno si è incontrato con donne sconosciute nelle chat e aumenta la sua rabbia perché nella loro coppia facevano da anni poco sesso e di cattiva qualità. La rabbia di Angela ha una buona motivazione e le emozioni in seduta sono forti ed aspre. La coppia viene guidata a valutare la crisi che ha preceduto i tradimenti e a decidere se vogliono lavorare sulla ripresa della relazione e il cambiamento delle modalità sessuali.

Bruno non desidera perdere Angela, ma Lei vorrebbe essere ricompensata e avere la sua rivincita dato che per anni si è sentita trascurata, quasi trasparente. Vuole inoltre la sua rivincita nella sessualità e chiede frequenza e varietà, contestando a Bruno di avere seguito le sue curiosità solo nelle esperienze esterne riservando a Lei solo la routine anche nel sesso. La terapia affronta la mancata comunicazione, l'accettazione da parte di Angela che Bruno facesse una vita molto centrata sui suoi obiettivi ma riuscendo così a prendersi cura delle figlie e delle relazioni con la sua famiglia di origine. Le molte solitudini di Bruno, il disagio nel chiedere un cambiamento nello stile di vita di Angela, una certa superficialità e un egoismo da bambino, lo hanno portato a rinchiudersi nella coppia ed ad aprirsi verso storie brevi e con scopi essenzialmente trasgressivi. Angela riconosce di avere trascurato il partner pur essendosi presa cura con competenza della famiglia creata con Bruno. In realtà Angela è molto arrabbiata e vuole vendetta, ma si dichiara disponibile ad affrontare questa crisi per salvare il rapporto. Porta nella consultazione curiosità e dubbi, vuole un sesso creativo, trasgressivo, che Bruno si rifiuta di vivere con Lei. Il lavoro terapeutico si confronta con la fine del conflitto, con la costruzione di un modello di relazione nuovo, diverso e che permette di guadagnare tempo di qualità, il sesso creativo viene invece affidato a loro, nel periodo successivo alla ripresa di una buona relazione e di una sessualità positiva e frequente.

Silvia e Samuele al contrario consultano per l'anorgasmia di lei che si è verificata da quando lui ha ridotto la competenza alla durata.

Lui si è indebolito sessualmente da quando Lei gli ha raccontato il sesso che faceva con i partner precedenti. E' successo, racconta Silvia perché era scontenta del loro modo di fare sesso, ma questo ha aggravato i problemi senza risolvere l'insoddisfazione di Silvia. Lui non riesce a dimenticare i racconti degli orgasmi plurimi di Silvia e progressivamente ha incontrato problemi nell'erezione durante il rapporto.

Cerchiamo di capire perché Silvia ha sentito la necessità di umiliare Simone e perché non ha cercato una strada affettuosa di confronto sullo stile e la frequenza sessuale. Emerge durante la seduta di coppia che Simone ha assunto comportamenti arroganti sul piano del denaro e delle amicizie e dello sport, imponendo scelte non condivise e per questo Silvia si è spinta ad aggredirlo sul sesso in modo da fare un pareggiamento del potere. Riflettiamo insieme sulla caduta della complicità e dell'attenzione e Simone viene guidato a prendere in considerazione che ci sono state delle disattenzioni importanti. Il sesso viene rimesso al centro della storia in modo amichevole, mentre le decisioni in altre aree della relazione diventano concordate. Il sesso ritrova in questo modo un terreno favorito, liberato da aggressività e conflitti. Possono parlare, condividere, riorganizzare e costruire tante piccole occasioni di gioco e di scambio di emozioni e di parole. In tutti i casi di coppia è necessario capire cosa crea ostilità e come riparare i torti e le dimenticanze, come scegliere i gesti e le parole se vogliamo evolvere e costruire modelli positivi di relazione e sessuali. ■

roberto bianchi

Tonno alla carlofortina

un secondo di mare della tradizione sarda

Tonno alla Carlofortina..una specie di spezzatino di Tonno. Molto semplice e veloce, può essere preparato in pochi minuti e mangerete dei bocconcini di tonno davvero teneri e succulenti.

Cuoce in una salsa di pommarola e aceto,dopo averlo scottato velocemente per sigillarne tutti i suoi succhi..potete decidere se lasciarlo in un unico trancio o tagliare dei cubotti..io ho preferito tagliarlo come uno spezzatino..uno squisito spezzatino di pesce..dose per 2 persone.

Tagliare il tonno a cubotti.in una padella mettete un filo d'olio e lo spicchio d'aglio intero sbucciato..farlo colrire ed eliminatelo..in una ciotolina sciogliere il concentrato con un pò di aceto..versatelo nella padella con l'olio e cuocere per qualche minuto a fuoco bassissimo..poi spegnete..adesso in un'altra padella mettete un filo d'olio e scottate velocemente il tonno in modo da sigillare bene la sua carne..togliere dal fuoco e mettere su carta assorbente..sistematelo adesso nella salsa di pomodoro e aceto..cuocere un paio di minuti aggiungendo l'alloro e il vino bianco..regolare di sale..ricordatevi che se il tonno cuoce troppo diventa stopposo..quindo un paio di minuti possono bastare.. Pronto!! ■

Ingredienti

400gr di tonno in un solo trancio
uno spicchio d'aglio
mezzo bicchiere di vino bianco
2 cucchiai di concentrato di pomodoro
olio ex vergine d'Oliva
aceto bianco
2 foglie di alloro
sale

massimo sainas

Discariche a...mare

Nei nostri mari e nelle nostre pance finisce di tutto

Pneumatici, elettrodomestici, fusti, rottami ferrosi e plastica di ogni tipo e provenienza popolano il mare, galleggiano in acqua e giacciono sui nostri fondali, non solo sul bagnasciuga.
In spiaggia, ad esempio, si trovano in media 17 rifiuti ogni 100 metri quadri, si tratta di bottiglie, tappi, secchi, stoviglie e mozziconi di sigaretta abbandonati sulla sabbia. Molti rifiuti, soprattutto plastici, galleggiano nell'acqua. La scorsa estate, durante 87 ore di osservazione e 1.700 km di mare monitorati, i tecnici di Goletta Verde e Accademia del Leviatano hanno rilevato 700 rifiuti, fino a 27 rifiuti galleggianti ogni chilometro quadrato. La plastica la fa da padrona, con una percentuale che sfiora il 90%. Gli osservatori hanno in pratica incontrato lungo le loro rotte nell'Adriatico, Tirreno, Ionio e la transfrontaliera Civitavecchia-Barcellona, un rifiuto plastico ogni dieci minuti. «La grande quantità di rifiuti che abbiamo trovato lungo il nostro viaggio rende l'idea di quello che nascondono i fondali marini – commenta Giorgio Zampetti, responsabile scientifico di Legambiente – I rifiuti galleggianti costituiscono solo una minima parte del problema: si stima che il 70% dei rifiuti che entra nell'ecosistema marino affondi».

Spazzatura in rete

I danni che generano i rifiuti nell'ecosistema marino sono ingenti, a cominciare dalla fauna. Tartarughe marine, uccelli e mammiferi possono restare intrappolati, o morire per soffocamento e complicazioni dovute all'ingestione accidentale di oggetti scambiati per cibo. Inoltre quelli che costituiscono il microlitter, le particelle di dimensioni inferiori ai cinque millimetri, sono la causa principale del disequilibrio della catena alimentare e dell'ecosistema marino, poichè vengono ingerite molto facilmente senza che l'animale se ne accorga. I predatori possono poi scambiare buste o altri oggetti fluttuanti con le prede. Nel Mediterraneo occidentale, l'ingestione di rifiuti causa la morte del 79,6% delle tartarughe marine. Un'emergenza confermata anche dal Centro recupero tartarughe marine di Legambiente a Manfredonia (Fg), dove ogni anno arrivano centinaia di esemplari da curare, l'8% dei quali presenta sintomi riconducibili all'ingestione di plastica. Danni dunque all'ecosistema, ma anche economici per turismo e pesca. A causa dell'assenza della rete di raccolta e smaltimento in porto, una volta finiti nelle reti dei pescatori i rifiuti vengono spesso rigettati in mare perché chi li pesca ne diviene

"di fatto" il produttore e deve sostenere gli oneri e le fatiche dello smaltimento. «Col Gruppo di azione costiera di Imperia (Gac) stiamo cercando di fornire dei trituratori per far compattare i rifiuti ai pescatori– riprende Maurizio Costa – che via via saranno costretti, dalle normative che stanno nascendo, a sostenere l'onere della raccolta di questi rifiuti: parliamo di alcuni centesimi di euro a kg e spesso sono rifiuti pesanti».

Catena Alimentare

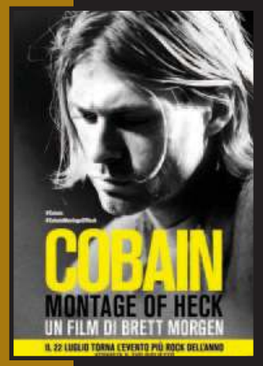
«Speriamo – dice Giorgio Zampetti di Legambiente – che la direttiva europea sulla Marine strategy possa dare il giusto contributo alla risoluzione di questi problemi e ad avviare una seria politica di prevenzione. Peccato però che il 2015 è indicato dall'Europa come l'anno in cui tali misure preventive dovrebbero già essere in atto per implementare la strategia marina entro il 2016». Un aiuto in tal senso dovrebbe arrivare dall'entrata in vigore, nel luglio scorso, del Piano di azione regionale sulla gestione dei rifiuti marini nel Mediterraneo adottato dalle Parti della convenzione di Barcellona nel dicembre 2013. Le misure previste dovranno essere attuate en-tro il 2020. Insomma, in mare non esistono barriere alla circolazione dei rifiuti e questo è un problema comune.
«Il Nilo e gli altri grandi fiumi scaricano centinaia di tonnellate di plastica nel Mediterraneo. Questa si frantuma, si muove con le correnti e viene ingerita da pesci e cetacei. Entra cioè nella nostra dieta – spiega Massimo Mucchetti, senatore Pd – Con l'emendamento al collegato ambientale all'esame del Senato, intendo riaprire uno spazio per ripulire il mare da questo insidioso inquinamento. I limiti di finanza pubblica sono stringenti, ma non possono diventare l'alibi per non fare nulla e limitarsi a finanziare la disponibilità di rimorchiatori per intervenire contro gli sversamenti di carburante, che da 23 anni sono ridotti al minimo. A questo scopo va sperimentata la collaborazione, anche economica, fra lo Stato e i consorzi privati per il riciclo della plastica sul piano scientifico e operativo ». In particolare, la proposta del senatore Mucchetti punta alla creazione di una flotta di battelli che, all'interno delle aree marine protette, si faccia carico della raccolta in mare di prodotti e sostanze pericolose per pesci, tartarughe e cetacei attraverso specifici bandi di gara.

Grandi pulizie da fare in fretta: il Consiglio generale della pesca nel Mediterraneo sostiene infatti che sono oltre 6 i milioni di tonnellate di materiali solidi e pericolosi di origine umana che vengono scaricati ogni anno nei mari del mondo, la maggior parte dei quali inquinanti di origine industriale. Uno scrigno di immondizia che lasciamo in eredità agli ecosistemi. Non esattamente un tesoro in fondo al mare. ■

massimo sainas

da Luglio a Settembre

i film in uscita nelle sale



Cobain: Montage of Heck

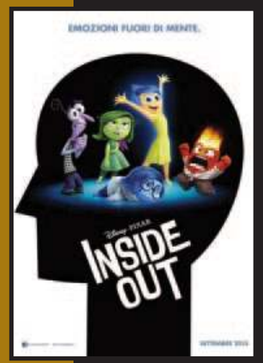
nazione U.S.A.
anno 2015
regia Brett Morgen
genere Documentario
Biografico
durata 145 min.
musiche J. Danna

La vita e la carriera del musicista e autore Kurt Cobain, dalla nascita nello Stato di Washington fino al successo mondiale con la band Nirvana e la tragica morte.

Il fidanzato di mia sorella

nazione U.S.A.
anno 2014
regia Tom Vaughan
genere Commedia
Sentimentale
durata 102 min.
cast P. Brosnan, J. Alba,
S. Hayek, M. Mcdowell,
S. Martin, F. Melamed , P. Rae

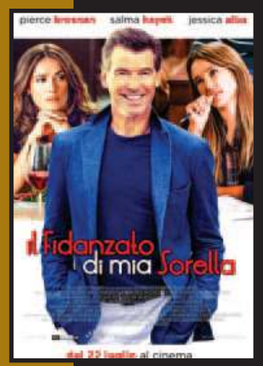
Un professore di poesia di Cambridge inizia a vedere sotto una luce diversa la sua vita di eccessi.



Il luogo delle ombre

nazione U.S.A.
anno 2013
regia Stephen Sommers
genere Fantasy
Commedia
durata 100 min.
cast A. Yelchin, W. Dafoe,
A. Sommers, N. Tortorella,
K. McKeever , G. Mbatha-Raw,
A. Vosloo, M. Ordway , P. Oswalt

Un giovane cuoco che vive in uno psrduto villaggio della California scopre di avere capacità paranormali. L'incontro con un uomo misterioso, legato alle forze oscure, cambia la sua vita.



Il ragazzo della porta accanto

nazione U.S.A.
anno 2015
regia Rob Cohen
genere Thriller
durata 91 min.
cast J. Lopez, R. Guzman,
J. Corbett, H. Harper,
K. Chenoweth

Una donna ha da poco divorziato dal marito e, sentimentalmente delusa, decide di trasferirsi in una nuova ittà. Presto inizia una relazione sentimentale con il più giovane vicino di casa ma il rapporto prende presto una piega inattesa e inquietante.

Pixels

nazione U.S.A.
anno 2015
regia Chris Columbus
genere Animazione
Commedia
Fantascienza
durata 100 min.

Una civiltà aliena interpreta una trasmissione di giochi vintage dell'Arcade Fire come una dichiarazione di guerra e decide di invadere il nostro Pianeta sotto forma di personaggi dei videogame.

Left Behind - La profezia

nazione U.S.A.
anno 2013
regia Vic Armstrong
genere Azione
Fantascienza
Thriller
durata 110 min.
cast N. Cage, C. Murray,
L. Thompson, N. Whelan,
J. Sparks, Q. Aaron,
G. Grubbs, L. Nichols

Senza una spiegazione, improvvisamente la maggior parte della popolazione mondiale scompare. Un piccolo gruppo di persone, inspiegabilmente risparmiate, dovrà lottare per la sopravvivenza.

Ex Machina

nazione U.S.A. / Gran Bretagna
anno 2014
regia Alex Garland
genere Drammatico
durata 108 min.
cast A. Vikander, O. Isaac,
D. Gleeson, C. Johnson

Un giovane programmatore è selezionato per partecipare a un esperimento senza precedenti: dovrà valutare le capacità di simulazione di emozioni e comportamenti umani di un androide dalle sembianze femminili.

Kristy

nazione U.S.A.
anno 2014
regia Oliver Blackburn
genere Horror / Thriller
durata 86 min.
cast A. Greene, H. Bennett
L. Till, J. Ransone, D. Rhodes,
D. Jensen, W. Pére

Durante le vacanze del Giorno del Ringraziamento una studentessa si trova sola nel college in compagna di una gang di violenti. La ragazza dovrà superare le sue paure più segrete per far fronte alla loro minaccia e vendicarsi.

Joker (2015)

nazione U.S.A.
anno 2015
regia Simon West
genere Thriller
durata 92 min.
cast J. Statham, M. Angarano,
D. Garcia-Lorido, S. Tucci,
A. Heche, S. Vergara,
M. Ventimiglia, H. Davis,
M. Casella, J. Alexander,
C. Browning , D. McFadden

Una guardia privata di Las Vegas con il vizio del gioco si mette nei guai con la malavita. L'uomo non ha che una scelta: lottare o morire.

Ant-Man

nazione U.S.A. / Gran Bretagna
anno 2015
regia Peyton Reed
genere Fantascienza / Azione
cast P. Rudd, M. Douglas,
H. Atwell, E. Lilly,
B. Cannavale, J. Greer,
J. Slattery, C. Stoll, M. Pena,
J. Mollà, M. Donovan

Scott deve aiutare il suo maestro a elaborare e portare a termine un piano per salvare il mondo. Il ragazzo può contare su una tuta speciale che gli permette di rimpicciolire il suo corpo ma anche di sviluppare una forza disumana.

Come ti rovino le vacanze

anno 2015
regia John Francis Daley,
Jonathan M. Goldstein
genere Drammatico
cast E. Helms, C. Applegate,
R. Hall, L. Mann,
C. Hemsworth, C. Day,
M. Pena, N. Krol, S. Levine

Rusty, padre di famiglia in crisi, decide di portare moglie e figli in una "vacanza avventura" per riconquistare la loro fiducia e il loro affetto.

Mission Impossible Rogue Nation

nazione U.S.A.
anno 2015
regia Christopher McQuarrie
genere Azione
Avventura
Thriller
cast T. Cruise, J. Renner,
S. Pegg, R. Ferguson,
A. Baldwin, S. Harris,
S. McBurney, V. Rhames,
A. Olivo

Ethan Hunt e la sua squadra intraprendono la loro più pericolosa missione di sempre: sconfiggere definitivamente il Sindacato, un'organizzazione criminale che ha lo scopo di distruggerli.

Grimsby

nazione U.S.A.
anno 2015
regia Louis Leterrier
genere Commedia
cast R. Wilson, S. Baron Cohen,
I. Fisher, P. Cruz, M. Strong,
G. Sidibe, A. Wallis, I. McShane,
T. Egerton , S. Adkins,
D. Harewood, J. Vega,
E. Davies, R. Keenan, J. Vaz

Un agente segreto è costretto, per una nuova missione, a fare coppia con il fratello, un folle tifoso di football.

Qualcosa di buono

nazione U.S.A.
anno 2014
regia George C. Wolfe
genere Drammatico
durata 104 min.
cast H. Swank, E. Rossum,
J. Duhamel, J. McMahon,
J. Ritter, A. Larter, M. Doyle,
L. Devine, E. Hudson,
M. Harden, F. Fisher

Una pianista scopre di avere una malattica degenerativa invalidante ed è quindi costretta ad assumere una studentessa di college poco motivata per farle da badante.

Minions

nazione U.S.A.
anno 2015
regia Kyle Balda, Pierre Coffin
genere Animazione
Commedia
Avventura

I Minions Stuart, Kevin e Bob sono reclutati da una super cattiva che, insieme al marito, ha elaborato un piano per conquistare il mondo.

Hitman: Agent 47

nazione U.S.A.
anno 2015
regia Aleksander Bach
genere Azione / Thriller / Drammatico
cast R. Friend, Z. Quinto,
T. Kretschmann, H. Ware,
C. Hinds, R. Kanies, D. Bruckner

Un killer si allea con una donna per aiutarla a scoprire chi sia suo padre.

Love is in the Air Turbolenze d'amore

nazione Francia
anno 2013
regia Alexandre Castagnetti
genere Commedia
Sentimentale
durata 96 min.
cast L. Sagnier, N. Bedos,
B. Catillon, J. Berroyer,
M. Vuillermoz

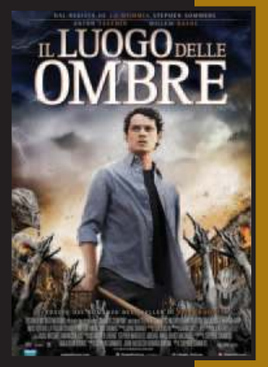
Antoine è un avvocato che lavora a New York ma sta sostenendo una serie di colloqui di lavoro in Francia. Sul volo di ritorno si trova seduto accanto a Julie, la sua ex ragazza. I due dovranno necessariamente confrontarsi sulla loro passata relazione.

Inside Out

nazione U.S.A.
anno 2015
regia Pete Docter,
Ronaldo Del Carmen
genere Animazione
Commedia
durata 102 min.

La piccola Riley si trasferisce in una nuova città e qui, per lo stress, perde il controllo delle emozioni nella sua mente: i sentimenti di gioia, paura, disgusto, tristezza e rabbia competono per prendere il comando nella sua mente, con esiti tragicomici.

Sembrava che la Pixar avesse perso il tocco magico ma Inside Out dimostra il contrario. La nuova opera di Pete Docter, infatti, riesce persino a rivaleggiare con un capolavoro come Monsters & Co. Racconto di formazione filtrato dall'occhio delle nostre emozioni, è quanto di più vicino a una pellicola d'animazione pensata dalla coppia Gondry-Kaufman. Profondo, ironico, toccante, colmo d'idee originali, Inside Out è un gioiello da non perdere.



I prestiti che puoi trovare alla CMS

Esempio Prestito

€ 20.000,00

120 rate mensili TAN 6,25% TAEG 6,85% TEG 6,79%

importo rata euro: 224,56

ATTENZIONE

l'esempio sopra riportato non ha alcuna finalità promozionale o pubblicitaria, ma ha il solo obiettivo di informare correttamente i soci sulle possibilità di finanziamento attualmente offerte dalle banche convenzionate. L'effettiva impostazione della pratica viene svolta esclusivamente da agenti in attività finanziaria su mandato diretto della banca. In presenza degli adeguati presupposti creditizi si possono richiedere fino a € 40.000,00

L'esempio indicato si riferisce ad un prestito erogato a favore di un nostro socio da parte della Deutsche Bank Easy:

- Importo totale del Credito: € 19.650,00 (netto erogato alla mano)
- Costo totale del Credito: € 7.297,20
- Importo totale dovuto dal consumatore: €26.947,20
  (importo totale del credito + costo totale del credito)
- Spese di istruttoria: € 300,00
- Oneri fiscali: € 50,00
- Polizza assicurativa per la protezione del credito: facoltativa e rateizzabile

Si ricorda che al fine di gestire le proprie spese in modo responsabile è essenziale, prima di sottoscrivere il contratto, prendere visione di tutte le condizioni economiche e contrattuali, facendo riferimento al documento Informazioni Europee di Base sul Credito ai Consumatori, che dovrà essere reso disponibile da chi vi proporrà il contratto, di cui inoltre potrà sempre essere richiesta copia prima della sua sottoscrizione.