

# Bollettino Novità Agosto 2018

## SAGGI E ALTRO 2018

---

**Il tempio della Sagrada Família / testo: Josep Maria Carandell ; fotografie: Pere Vivas**

**Carandell, Josep Maria**

Triangle postals 2004; 239 p. in gran parte ill. 16 cm.

---

Copie presenti nel sistema 1 in biblioteca: 1 Coll: G 726 GAU



**Allenamento cognitivo a circuito : training per il potenziamento delle abilità intellettive in adulti e anziani / Laura Pedrinelli Carrara**

**Pedrinelli Carrara, Laura**

Erickson 2018; 359 p. ill. 30 cm

Cause di natura molto diversa, come patologie, traumi o il fisiologico avanzamento dell'età, possono portare le persone ad avere bisogno di riabilitare o mantenere attive le proprie funzioni cognitive. Da questa esigenza nasce il programma Allenamento cognitivo a circuito, che grazie a un lavoro strutturato, selettivo e continuato aiuta a prevenire la perdita o a limitare l'alterazione di specifiche abilità intellettive in adulti e anziani. Il training è costituito da 14 moduli, in cui si ripetono, con livelli di difficoltà crescente, otto tipologie di esercizi che riguardano: orientamento spazio-temporale; memoria a breve e a lungo termine; ragionamento astratto, verbale e numerico; attenzione selettiva, sostenuta e divisa; creatività; linguaggio (riconoscimento e classificazione, abilità verbale, comprensione e produzione; competenza emotiva. Il volume rappresenta un valido strumento per gli operatori che si prendono cura degli anziani o di chi necessita di una riabilitazione cognitiva. La grafica chiara e le consegne semplici e immediate rendono il libro di facile fruizione anche da parte del soggetto, che, tramite la metodologia a circuito, può svolgere il programma in completa autonomia. Attraverso la ricerca e la verifica delle risposte corrette, viene stimolata infine un'altra categoria cognitiva, quella dell'apprendimento

---

Copie presenti nel sistema 1 in biblioteca: 1 Coll: G 153.9 PED



**La soluzione fastreset® : [il metodo rapido per gestire il cervello emotivo e superare ansie, paure e conflitti nelle relazioni, nello studio e nel lavoro] / Maria Grazia Parisi**

**Parisi, Maria Grazia**

Sperling & Kupfer 2014; 244 p. 21 cm

In questo libro, seguito di "FastReset® - Il metodo rapido di guarigione emotiva", la tecnica risulta ancora più facile da applicare su se stessi e sugli altri, con una procedura in tre step che funziona anche in "casi d'emergenza". Quante volte ci è capitato di sentirvi travolti da un'ondata emotiva che non riusciamo a controllare - il terrore del buio quando eravamo piccoli, la paura di perdere la persona amata o anche solo di parlare in pubblico nell'età adulta, la rabbia quando qualcuno ci ferisce, per non parlare del desiderio irresistibile di abbuffarsi di dolci o di fumare. I casi pratici presi in esame rappresentano la soluzione a difficoltà tipiche delle diverse fasi della vita: dai tic all'enuresi notturna nei bambini, dall'impulsività di certe reazioni adolescenziali all'uso emotivo del cibo, dalla preoccupazione prima degli esami fino alla gelosia, alla possessività, all'abbandono nelle relazioni sentimentali, dalle ansie legate al lavoro alla difficoltà a restare incinta. Con il FastReset® si spezzano catene come le dipendenze, le fobie, l'ossessione per l'accumulo, gli attacchi di panico, l'ipocondria e si riacquista quella lucidità e quell'equilibrio che spalancano immense opportunità in tutti i settori e a tutte le età della vita

---

Copie presenti nel sistema 1 in biblioteca: 1 Coll: G 158.1 PAR



**Manuale pratico dell'ufficiale d'anagrafe : l'ANPR, l'organizzazione dell'ufficio anagrafe, i procedimenti anagrafici, la gestione di stranieri e comunitari, l'AIRE, la residenza e le norme antiabusivismo / Alessandro Francioni, Catia Cecchini ; con la collaborazione di: William Damiani, Barbara Gori, Morena Moretti**

Francioni, Alessandro - Cecchini, Catia

Maggioli 2016; 449 p. 24 cm

L'acquisto del manuale include l'accesso alla Banca Dati on line "Manuale pratico dell'Ufficiale d'anagrafe": un ricco archivio documentale di normativa, prassi, giurisprudenza e modulistica, con aggiornamenti fino al 31 dicembre 2016. Guida pratica a tutti gli adempimenti necessari per il passaggio alla nuova Anagrafe Nazionale, la quarta edizione del manuale più completo per l'Ufficiale d'Anagrafe è stata rinnovata e arricchita nei contenuti, in particolare in materia di: gestione di stranieri e cittadini comunitari; procedure per la residenza in tempo reale; gestione delle nuove norme anti-abusivismo; gestione associata dell'Ufficio Anagrafe con schema di convenzione; applicazione delle nuove regole sui toponimi e nn. civici con riferimento agli obblighi di certificazione imposti dal progetto ANNCSU. Assoluta novità di questa edizione 2016 è il capitolo dedicato agli aspetti organizzativi e gestionali dell'Ufficio Anagrafe

Copie presenti nel sistema 2 in biblioteca: 1 Coll: G 346.4501 FRA



**Liberarsi da ansia e panico in 6 mosse : un programma efficace con esercizi pratici / Christophe Tissier**

Tissier, Christophe

Il punto d'incontro 2017; 156 p. 17 cm

Liberarsi da ansia e panico in 6 mosse propone un programma in sei fasi per affrontare, comprendere e risolvere gli attacchi d'ansia e di panico, debilitanti e invalidanti, che nei casi più gravi possono spingere a evitare situazioni di vita comune o addirittura impedire di uscire di casa, instaurando un circolo vizioso che alimenta la paura. Conoscere i sintomi, capirne l'origine, trovare rimedi d'emergenza, imparare a respirare correttamente, tenere sotto controllo lo stress, seguire un'alimentazione sana e rallentare il ritmo di vita sono tutti strumenti che, nel loro insieme, formano un "piano d'attacco" invincibile contro ansia e panico. Christophe Tissier offre utili consigli, facili esercizi e valide regole di vita per sbarazzarsi definitivamente di tutto ciò che impedisce di vivere una vita serena e felice.

Copie presenti nel sistema 2 in biblioteca: 1 Coll: G 616.85 TIS



**La meraviglia dell'essere : risvegliarsi a una conoscenza al di là delle parole / Jeff Foster**

Foster, Jeff

Trigono 2017; 237 p. 16 cm

Questo libro, in realtà, è sulla fine della ricerca, la fine della lotta, la fine della sofferenza, la fine dell'idea che siate persone piccole in un mondo grande, in qualche modo separate dalla completezza. Indica una delicata esplosione in qualcosa di molto più potente, molto più gioioso, e molto più semplice di qualsiasi cosa ci fosse stata promessa dagli insegnamenti del mondo. Indica il ritorno a casa. Per la prima volta in italiano, le due opere che hanno portato Jeff Foster alla notorietà internazionale

Copie presenti nel sistema 1 in biblioteca: 1 Coll: G 204 FOS