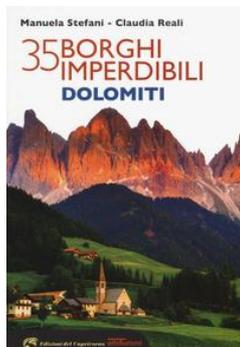


# Bollettino Novità Aprile 2020

## SAGGI, GUIDE E ALTRO



### 35 borghi imperdibili : Dolomiti / Manuela Stefani, Claudia Reali

**Stefani, Manuela - Reali, Claudia**

Edizioni del capricorno 2019; 159 p. ill. 23 cm

Nel 2009 l'UNESCO ha dichiarato Patrimonio Mondiale dell'Umanità, per la loro «bellezza monumentale unica», nove zone delle Dolomiti, giganti di pietra che si ergono nelle province di Trento, Bolzano, Belluno, Pordenone e Udine. Da ovest a est, pinnacoli, guglie, strette gole, declivi, pascoli, fitti boschi si susseguono senza soluzione di continuità. Uno spettacolo straordinario che diventa ancora più unico alle prime luci del giorno e al tramonto: è il fenomeno dell'«enrosadira», quando la dolomia si accende di rosa, rosso, oro e arancio. Oggi a migliaia accorrono da tutto il mondo per vivere i meravigliosi «Monti Pallidi». Ma fino all'inizio del secolo scorso, le Dolomiti erano ancora una terra poco frequentata, punteggiata di piccoli paesi dove gli esseri umani lottavano quotidianamente per resistere alle condizioni estreme della montagna. Ogni borgo vanta una ricchezza culturale unica: la sua storia, la lingua, le tradizioni, i prodotti tipici, i tesori artistici, le architetture rurali. Questa guida vi accompagna alla scoperta di 35 perle dolomitiche, in Trentino-Alto Adige, Veneto e Friuli-Venezia Giulia. Un viaggio al cospetto di «una delle cose più belle, potenti e straordinarie di cui questo Pianeta disponga», come descrisse le Dolomiti Dino Buzzati nel 1956.

Copie presenti nel sistema 4 in biblioteca: 1 Coll: G 914.537 STE



### 35 borghi imperdibili del Veneto / Rossana Cinzia Rando

**Rando, Cinzia**

Edizioni del capricorno 2017; 159 p. ill. 23 cm

Il Veneto è una terra straordinaria. Un luogo dove, ancora oggi, storia, arte e natura convivono in un equilibrio delicato ma tenace, un caleidoscopio di ambienti d'incredibile varietà, in cui nel corso dei secoli (dei millenni) la mano dell'uomo ha saputo tracciare segni indelebili. E il senso profondo di questo connubio irripetibile tra umano e naturale non sta tanto, non solo, nella magnificenza delle città d'arte, celebri in tutto il mondo; risiede, piuttosto, nel tessuto, fittissimo e stratificato nel tempo, dei piccoli centri che costellano la regione. Un libro per intraprendere un viaggio alla scoperta dei borghi del Veneto: da quelli riflessi sulle acque del Garda all'altopiano di Asiago; dal miracolo degli agglomerati lagunari ai paesi arroccati ai piedi delle Dolomiti bellunesi; dalla civiltà delle ville venete alla dolcezza dei villaggi medievali dei colli Berici ed Euganei; dalla ricchezza storico-artistica dei borghi della Marca Trevigiana all'unicità dei piccoli ambienti urbani del Delta del Po. Itinerari d'accesso, musei, informazioni pratiche per la visita e il soggiorno, approfondimenti su storia, arte, prodotti tipici, tradizioni culturali ed enogastronomiche. Un viaggio straordinario. Da gustare con lentezza. In tutte le stagioni.

Copie presenti nel sistema 6 in biblioteca: 1 Coll: G 914.53 RAN



## Come educare il potenziale umano / Maria Montessori

Montessori, Maria

Garzanti 2018; 183 p. 21 cm

In questo libro Maria Montessori espone il suo programma di Educazione Cosmica. Nella prima parte del volume rivela il segreto del successo del suo metodo educativo: la capacità di stimolare intelligentemente l'immaginazione creatrice del fanciullo per risvegliarne l'interesse, e di far germogliare i semi della scienza sempre correlati a un'idea centrale e ispiratrice che è quella, appunto, del Piano Cosmico. In esso, tutti e tutto si riconoscono e ritrovano, obbedendo al grande scopo della vita: lavorare insieme per tutti. Negli otto capitoli successivi, l'autrice suggerisce come rivelare al fanciullo questo Piano Cosmico, mediante la storia emozionante della Terra su cui viviamo e delle sue trasformazioni, la comparsa dei primi uomini e lo sviluppo delle più antiche civiltà. I tre capitoli conclusivi insistono invece su un aspetto fondamentale come la preparazione degli insegnanti.

Copie presenti nel sistema 1 in biblioteca: 1 Coll: G 370.1 MON



## Come ringiovanire invecchiando : i segreti di medici, fisioterapisti, nutrizionisti e studiosi per una vita più lunga e più sana / Enzo Soresi ; con Pierangelo Garzia

Soresi, Enzo

UTET 2019; 408 p. 23 cm

"Come ringiovanire invecchiando" può sembrare un titolo provocatorio, e in parte certo lo è, perché la provocazione è un'arte che Enzo Soresi pratica da sempre. Ma non è mai fine a se stessa: nella sua lunga carriera di pneumologo, oncologo, studioso e sperimentatore, Soresi ha scelto di non dare per scontato niente, nessuno dei dogmi su cui la medicina rischia di adagiarsi. Ha preferito invece metterli in discussione, e mettersi in discussione come medico, ogni volta che l'evidenza dei fatti sollevava dubbi di metodo e prassi. In questo sta la provocazione, il sovvertimento: nel considerare per esempio la salute non come "assenza di malattie" ma come "qualità della vita"; nel rifiutare l'idea di una cura sempre uguale, standardizzata, perché ogni persona va seguita nel suo particolare percorso di malattia; nello spostare la bilancia sempre più verso la prevenzione; nella preferenza assoluta per un approccio olistico, che tiene conto non solo del quadro clinico ma anche della psiche e delle circostanze ambientali; nella consapevolezza del ruolo preziosissimo e vitale dell'effetto placebo e della nutrizione, a volte superiori ai farmaci tradizionali; nella convinzione che il ruolo della medicina non sia sostituirsi alle difese immunitarie, ma piuttosto supportarle, risvegliarle, scatenarle. Il dottor Soresi, con l'aiuto del saggista medico-scientifico Pierangelo Garzia, torna ad affrontare i temi a lui più cari, ripercorrendo la sua esperienza di medico, primario e persino paziente. Questa volta, però, per spingere più in là la sua ricerca ha deciso di aprire le porte del suo studio, invitando un consesso di oncologi, immunologi, radiologi, nutrizionisti, fisioterapisti, psichiatri, psicoterapeuti, endocrinologi, fitoterapisti, pneumologi e pazienti: perché se la medicina ideale è quella integrata, che considera l'essere umano come sistema complesso e interconnesso, il saggio ideale di medicina integrata deve assomigliare il più possibile a un simposio, dove i saperi e le esperienze di tutti possano contribuire al bene di ognuno. E alla fine, dopo che le più avanzate prospettive mediche avranno rovesciato le ultime sorpassate convinzioni, sarà possibile rovesciare anche la naturale progressione del tempo, e scoprire davvero "Come ringiovanire invecchiando". Con e-book scaricabile fino al 30 giugno 2020

Copie presenti nel sistema 2 in biblioteca: 1 Coll: G 612.6 SOR



## Falli parlare : come affrontare i silenzi degli adolescenti / Matteo Rampin

Rampin, Matteo

Mondadori 2020; 150 p. 22 cm

Nostra figlia? Non è più la stessa. Nostro figlio...non lo riconosciamo più. Ci sembra di avere a che fare con un alieno. E infine, ineluttabile: Temiamo che abbia qualcosa. Eccoli qui, i genitori, nello studio del terapeuta: padri e madri affranti, ansiosi, inquieti, alle prese con l'adolescenza dei propri figli e con un muro fatto di silenzi, reticenze, allusioni, non-detti, che possono sfociare nell'ostilità e nel mutismo. In «Falli parlare», Matteo Rampin descrive gli aspetti di questa incomunicabilità, ne indaga le cause e propone strategie a uso degli adulti per costruire ponti tra le generazioni. Grazie alla sua lunga esperienza di psicoterapeuta, Rampin risponde alle domande più diffuse tra i genitori - Quando farli parlare? In che modo costruire le occasioni per instaurare il dialogo? Quali leve motivazionali usare per promuovere la comunicazione e quali errori evitare? - e fornisce indicazioni pratiche su come prevenire per tempo questo fenomeno, partendo proprio dall'ascolto e dal confronto. Basta avere la seria intenzione di essere presenti, di osservare e di ascoltare, con autentica disposizione a volere il loro bene e ad anteporlo al nostro ego di genitori. Se lo facciamo, accade una cosa sorprendente: sentendo di essere da noi considerati, iniziano a parlare sempre meno con i gesti e il corpo, e sempre più con le parole. Una guida pratica, una risorsa dedicata ai genitori - e a tutti gli adulti in generale - in cerca di consigli per instaurare un dialogo autentico con gli adolescenti.

Copie presenti nel sistema 4 in biblioteca: 1 Coll: G 155.5 RAM



## Il bambino in famiglia / Maria Montessori

Montessori, Maria

Garzanti 2018; 139 p. 21 cm

"Il bambino in famiglia" raccoglie i testi di una serie di conferenze tenute nel 1923 a Bruxelles, nelle quali Maria Montessori traccia le proprie proposte per una Scuola dei genitori. Il volume è quindi una guida di igiene mentale a uso di genitori ed educatori, perché non si creino - anche inavvertitamente le premesse di quella che si manifesterà un giorno come una penosa (ma inevitabile) incomprendimento nei rapporti tra genitori e figli.

Copie presenti nel sistema 2 in biblioteca: 1 Coll: G 649 MON



## In salute senza farmaci : la più completa guida ai rimedi offerti dalla natura / Ciro Vestita con Stefano Filippini ; hanno collaborato per la parte fitoterapica del libro Elisabetta Miraldi ... [etc.]

Vestita, Ciro - Filippini, Stefano

BUR Rizzoli 2019; 379 p. ill. 22 cm

Una raccolta completa e competente, e colta, delle pratiche e dei rimedi naturali che la natura e la scienza ci mettono a disposizione. Capita spesso, sempre più spesso, di chiederci se i farmaci che ci troviamo a prendere per i nostri piccoli disturbi siano davvero necessari, se non ci siano alternative più dolci, con minori effetti collaterali e, magari, ugualmente efficaci. In questo libro Ciro Vestita, con Stefano Filippini, ci fornisce uno strumento davvero esaustivo per affrontare i nostri disturbi con l'aiuto della natura e, ancor di più, ci insegna a prevenire molti problemi attraverso un'alimentazione corretta, mirata, etica, e libera da molti pregiudizi e leggende che fanno parte della quotidiana disinformazione sul cibo alla quale siamo tutti esposti. Attraverso le tre sezioni, Erbe, Alimenti e Disturbi, è quindi possibile cercare i propri interessi e le proprie necessità, trovando ogni

volta spiegazioni chiare e consigli utili, e certamente questo volume può essere semplicemente consultato per parole chiave, in modo da trovare rapidamente le risposte che cerchiamo. Allo stesso tempo, però scorrendo le illustrazioni delle diverse piante e addentrandosi nella lettura, questo In salute senza farmaci si rivela un libro interessantissimo alla lettura integrale raccontando, oltre alle informazioni scientifiche, storie e leggende che ruotano intorno al mondo degli elementi della natura. Un vero e proprio "zibaldone" moderno da scorrere con piacere e tenere poi a portata di mano per le piccole esigenze e le curiosità quotidiane. Perché, se i farmaci restano fondamentali per la nostra salute, e presi con il giusto criterio restano fondamentali per la nostra qualità di vita, vivere in modo più naturale, evitando l'abuso di medicine, è facile, economico e un vero regalo per il nostro corpo.

Copie presenti nel sistema 3 in biblioteca: 1 Coll: G 615 VES



## La mente del bambino : mente assorbente / Maria Montessori

**Montessori, Maria**

Garzanti 2017; X, 293 p., [5] carte di tav. ill. 21 cm

In questo libro Maria Montessori si inoltra nel mistero di quel periodo in cui si organizza la mente. Definisce i caratteri, i limiti e le insospettite possibilità della prima forma della mente del bambino, quella mente assorbente che tutto riceve e ritiene, ma che di alimento ha bisogno per il suo sviluppo così come di alimento materiale ha bisogno il corpo.

Copie presenti nel sistema 1 in biblioteca: 1 Coll: G 155.4 MON



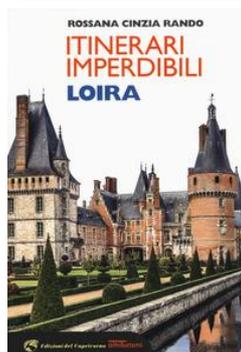
## La scoperta del bambino / Maria Montessori

**Montessori, Maria**

Garzanti 2017; VIII, 377 p., [4] carte di tav. ill. 21 cm

La scoperta del bambino è la sintesi e il coronamento degli scritti in cui Maria Montessori ha delineato il suo metodo pedagogico, basato sul lavoro creativo cui è chiamato l'insegnante. Il volume segue lo sviluppo psicologico del bambino da quando, dopo il segreto travaglio dell'apprendimento del linguaggio, si volge al mondo che lo circonda, fino agli anni dell'insegnamento elementare. Sottolineando l'incessante interazione tra le percezioni del bambino, i suoi atti e la mente che acquisisce, illustra il materiale montessoriano e il suo uso negli esercizi pratici e sensoriali. Centrali sono anche il tema della formazione dell'insegnante e la polemica contro i pregiudizi che pesano sullo sviluppo della mente infantile.

Copie presenti nel sistema 1 in biblioteca: 1 Coll: G 371.39 MON



## Loira / Rossana Cinzia Rando

**Rando, Cinzia**

Edizioni del capricorno 2019; 159 p. ill. 23 cm

Sono circa 300 i castelli reali e le residenze aristocratiche costruiti lungo il corso della Loira, grande fiume navigabile che la corte e la nobiltà francese elessero come luogo ideale di soggiorno. Nelle loro architetture, Patrimonio dell'Umanità UNESCO, si riflette il genio creativo di scultori, pittori e architetti chiamati dai sovrani a progettare irripetibili luoghi di delizie. Tra loro anche Leonardo, arrivato dall'Italia nel 1517, atteso nel castello di Amboise da Francesco I in persona. I castelli della Loira andrebbero visitati tutti: ognuno nasconde tesori, aneddoti e segreti che aiutano a ricomporre la grande storia d'Europa. Il consiglio, però, è

scoprire i più noti - Chambord, Amboise, Tours, Villandry, Saumur o Chinon - arrivandoci da vie secondarie, magari le ciclabili che attraversano campagne, paesini e frazioni, regalando scorci inediti di paesaggio. E dedicare un po' di tempo anche ai castelli di cui si parla meno, come quelli di Maintenon o di Beauregard. E poi ci sono le grandiose abbazie e le cattedrali di Chartres e di Tours, le grotte trogloditiche e i vigneti che hanno contribuito a costruire la fama dei vini francesi: se la Loira è una delle mete turistiche più visitate di Francia, una ragione c'è... Una guida d'autore, per partire alla scoperta della douce France: schede tecniche con tutte le informazioni utili, approfondimenti su storia, arte, tradizioni ed enogastronomia, e un ricchissimo apparato iconografico.

Copie presenti nel sistema 1 in biblioteca: 1 Coll: G 914.4 RAN



**Montessori a casa : 3-6 anni : guida pratica per genitori : [con idee e attività da svolgere a casa] / Nathalie Petit ; illustrazioni di Pauline Amelin ; traduzione di Laura Tenorini**

**Petit, Nathalie**

Terra nuova 2020; 99 p. ill. 19 cm

«I bambini di oggi sono più svegli di quanto lo fossimo noi alla loro età!»: quante volte abbiamo sentito ripetere questa affermazione! E in effetti nell'arco di una generazione lo sviluppo neurologico si è accelerato, ma è bene non dimenticare che sul piano affettivo, fisico, emotivo e sociale i bambini non evolvono alla stessa velocità. Per questo motivo oggi è sempre più importante seguire l'insegnamento di Maria Montessori: rispettare i tempi dei bambini e le loro tappe di crescita, senza avere fretta. L'autostima e l'autocontrollo sono le acquisizioni principali della fascia 3-6 e l'inizio della scuola dell'infanzia è l'evento centrale per il bambino di 3 anni. In questo periodo vengono poste le basi di quello che sarà il comportamento futuro; i bambini imparano a tollerare la frustrazione, a resistere agli impulsi emotivi, a concentrarsi su alcuni semplici obiettivi. L'autrice, profonda conoscitrice dell'approccio educativo di Maria Montessori, si sofferma sull'importanza dei semplici gesti della vita quotidiana, che ripetuti insieme da grandi e piccini insegnano l'autonomia in modo giocoso. Passiamo del tempo con i nostri figli: ne vedremo i benefici da adulti.

Copie presenti nel sistema 1 in biblioteca: 1 Coll: G 649 PET