

Bollettino Novità Maggio 2021

SAGGI, MANUALI, GUIDE E ALTRO



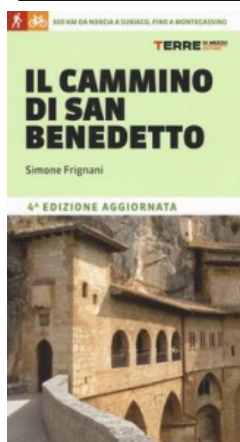
Ci vuole un libro : crea, gioca e divertiti con la carta / Clare Youngs

Youngs, Clare

Terre di mezzo 2015; 126 p. ill. 24 cm

Fantastici scenari pop-up, biglietti di auguri, bellissime decorazioni per la casa, animali, burattini... Fra le pagine di vecchi giornali, di libri rovinati o non più d'interesse, si nascondono tesori sorprendenti. Per portarli alla luce bastano colla, forbici e pochi altri semplici materiali. Un modo originale di sperimentare la propria creatività, regalando alla carta stampata nuova vita e nuova meraviglia.

Copie presenti nel sistema 4 in biblioteca: 1 Coll: G 745.54 YOU



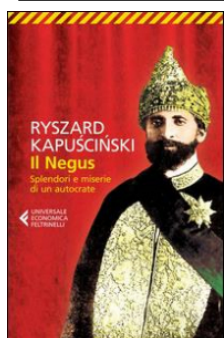
Il cammino di san Benedetto : [300 km da Norcia a Subiaco, fino a Montecassino] / Simone Frignani

Frignani, Simone

Terre di Mezzo 2019; 173 p. ill. 21 cm

16 giorni a piedi o in bici lungo un itinerario nuovo e affascinante in Umbria e Lazio, sulle tracce di san Benedetto, toccando le tre località più significative nella vita del santo: Norcia, dove nacque; Subiaco, dove pose le basi della sua Regola; e Montecassino, dove visse gli ultimi anni della sua vita e fondò l'abbazia che ha saputo resistere e rinascere nonostante quattro distruzioni. Dai monti Sibillini fino a Cascia e Rieti, attraverso antiche vie di transumanza e sentieri battuti un tempo da briganti e contrabbandieri, alla scoperta di un'Italia fatta di rocche, castelli medievali e paesi abbarbicati sui colli. Di lì proseguiremo per la valle dell'Aniene, risaliremo alle pendici dei monti Ernici fino alla certosa di Trisulti, arriveremo quindi a Casamari con la sua splendida abbazia, e, attraverso Arpino e Roccasecca, giungeremo infine a Montecassino. Nella guida, tutto quello che c'è da sapere per mettersi in cammino: le cartine dettagliate, la descrizione del percorso, le altimetrie, i luoghi da visitare e dove dormire

Copie presenti nel sistema 6 in biblioteca: 1 Coll: G 914.56 FRI



Il Negus : splendori e miserie di un autocrate / Ryszard Kapuscinski ; traduzione di Vera Verdiani

Kapuscinski, Ryszard

Feltrinelli 2018; 169 p. 20 cm

Copie presenti nel sistema 1 in biblioteca: 1 Coll: G 963 KAP



Il potere delle abitudini / Charles Duhigg ; traduzione di Marco Sartori

Duhigg, Charles

Tea 2014; 432 p. ill. 20 cm

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



Non voglio più piacere a tutti : [trova il coraggio di amare chi sei e vivere la vita che vuoi] / Maria Beatrice Alonzi

Alonzi, Maria Beatrice

Vallardi 2021; 200 p. 21 cm

Prendi in mano questo libro, la tua vita comincia da qui. La tua vita comincia da te, dallo scoprirti diverso e diversa da come ti vogliono gli altri. Lascia a terra le zavorre e i sensi di colpa e sali sul treno che ti porterà a realizzare davvero quello che tu sei, quello che tu desideri. Hai presente la vocina che ti dice che non vali abbastanza? Che non meriti ciò che hai, che non hai ciò che meriti, che ti fa sentire continuamente in colpa, che ti dice che dovresti essere meglio, che dovresti essere più alto, bassa, magro, ricca, potente? Con questa vocina in testa hai affrontato ogni singolo giorno della tua vita. Ma per la vocina è arrivato l'ultimo giorno: oggi. Questo è il libro che ti porterà in un viaggio che inizia da dove sei in questo momento e arriva esattamente dove vuoi arrivare. Perché tu vuoi solo essere felice. Ma al contrario di quello che dicono tutti, non basta voler essere felici per essere felici, neanche un po'. Per essere felici bisogna liberarsi di un sacco di preconcetti e di mostri... e la strada è lunga. Però hai già letto queste righe, il tuo viaggio è iniziato. Ti dicono grassa, ti dicono basso, ti dicono povera, ti dicono stupido, ipersensibile, bacchettone. Ti dicono, ti dicono e tu te ne assumi la responsabilità. La senti l'assurdità di questa frase? Loro ti dicono e tu cerchi di cambiare. Le aspettative sono la cosa più difficile. Quelle degli altri, le tue, quelle degli altri che fai tue senza accorgertene. Te le porti dietro e ti schiacciano, mentre inseguì modelli che non ti appartengono, destinati al fallimento in una bolla di senso di colpa. In fondo, a guardare bene, i veri nemici sono proprio loro: sono dentro di te o hanno la faccia di persone che conosci. Ti obbligano a giocare in sordina il gioco della vita, a pensare che non ce la farai, che resterai solo o sola per sempre. Maria Beatrice Alonzi ha creato un libro-percorso per riuscire a riconoscere i tuoi nemici interiori e a sconfiggerli. Ma soprattutto per ricominciare ad amare e ad amarti, a diventare consapevole dei tuoi veri desideri e a realizzarli. Un libro straordinario che insegna a ritrovare e a perdonare se stessi (e gli altri) per aprire davvero la strada verso la vita che per TE è perfetta. Talento trasversale, esperta di tecnologia, marketing, comunicazione e creatività, Maria Beatrice Alonzi ha visione e strategia e sa come trasformare una criticità in un valore aggiunto, per una carriera e una vita senza limiti.

Copie presenti nel sistema 3 in biblioteca: 1 Coll: G 158.1 ALO