

Starbene.it

Starbene

TEMPO LIBERO

3 LIBRI PER IL TUO BENESSERE

di Camilla Ghirardato



La felicità non sta mai ferma
Chiara Garbarino
(Utet, 16 €)

LA TESTIMONIANZA

Questo bambino è un terremoto

Come lottare contro l'opinione secondo cui Leo era un bambino ingestibile e Chiara, sua madre, inadeguata a educarlo? Grazie a una psicologa infantile, piano piano la situazione si delinea: Leo non è un ribelle, ma soffre di un disturbo dell'attenzione e di iperattività (Adhd), sindrome di cui si sa molto poco, nonostante le diagnosi si stiano in questi anni moltiplicando. Ora Leo ha 10 anni e a scuola non lo considerano più un ragazzino maleducato. Ma la svolta è stata dura e a raccontarci la vicenda è proprio Chiara, la mamma del "piccolo terremoto".

GLI APPUNTAMENTI

Profumi a Bologna

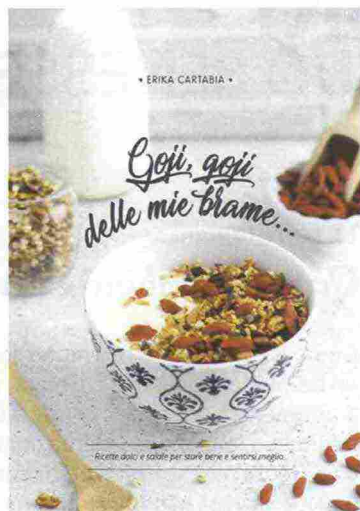
Creatività, gioco e libertà sono le note della 9ª edizione di *Smell*, la rassegna dedicata all'olfatto e all'arte del profumo. Conferenze, workshop con creatori di fragranze, percorsi odorosi per scoprire il ruolo centrale dell'olfatto nella nostra attività cognitiva. Dal 24 al 27 maggio 2018 al Museo della musica di Bologna. Info: smellfestival.it

La Storia passa da Gorizia

Sei un'appassionata di Storia o vuoi che ci si appassioni tuo figlio? Dal 17 al 20 maggio è in programma a Gorizia *èStoria*, Festival della Storia con tante iniziative che rendono questa materia accessibile e affascinante per tutti. Info: estoria.it

Starbene

TEMPO LIBERO

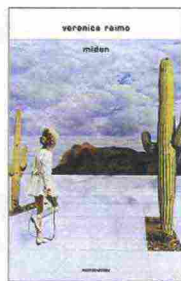


Goji, goji delle mie brame...
Erika Cartabia
(Trenta Editore, 16 €)

IL RICETTARIO

Bacche gourmand

Le bacche di Goji sono uno scrigno di vitamine e sali minerali, ma piluccarle ogni tanto non è l'unico modo per godere delle loro virtù. Questo potente anti-aging, infatti, può diventare un insolito ingrediente per ricette dolci e salate: una manciata può arricchire un'insalata di tofu, condire la pasta con il pesce, aromatizzare una pagnotta, decorare torte o diventare il ripieno di cioccolatini. Se gli accostamenti nuovi ti stuzzicano, qui trovi 45 ricette per scoprire (anche) il lato gastronomico delle bacche dell'eterna giovinezza.



Miden
Veronica Raimo
(Mondadori,
18,50 €)

IL ROMANZO

Sesso e potere

Un romanzo può aiutare a riflettere su avvenimenti di attualità? Siamo a Miden, paese dove ogni problema viene risolto all'insegna del bene comune. Tutti sembrano andare d'amore e d'accordo finché uno stimato professore di filosofia viene accusato di abusi da parte di un'ex studentessa che è stata anche la sua amante. Una lettura che mostra le paure del nostro presente, ma anche il lato oscuro del desiderio.