Salvo per uso personale e' vietato qualunque tipo di redistribuzione con qualsiasi mezzo.

#daleggere

L'ALIMENTO PERFETTO PER IL BEBÈ
Da un pediatra molto seguito sui social, Tommaso Montini, un libro che divulga i segreti dell'allattamento: "Che buono il latte di mamma!" (FrancoAngeli).

INSEGNARE LA FELICITÀ
Per crescere bimbi felici, la pedagogista Rosicler Ramirez propone un approccio basato sull'empatia e limiti non punitivi in "Educazione rispettosa" (Mondadori).

UNA NANNA DI ALTO PROFILO
Il sonno non è uguale per tutti e i metodi passepartout non funzionano: in "Nati per dormire" la family coach Chiara Baiguini basa sulle neuroscienze 4 profili (Vallardi).

RIPRENDI FIATO
Un atto vitale da cui dipendono calma, energia, sonno e concentrazione: "Atlante illustrato del respiro" dell'odontoiatra Mike Marić propone 100 esercizi (Gribaudo).

LETTURE SOLARI

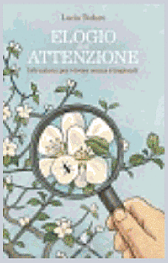
SOTTO L'OMBRELLONE O NELLO ZAINO DELLA MONTAGNA, METTI UN LIBRO CHE ILLUMINI LE TUE VACANZE E LA TUA VITA

DI ELISABETTA ZOCCHI

BUONA NOTTE E... BUON GIORNO
Nel suo saggio "Dormi meglio vivi meglio" (DeAgostini) l'esperto di neuroscienze e padre di 4 figli Christian Benedict definisce le regole del sonno di qualità.

ELOGIO DELL'IMPERFEZIONE
Se l'obiettivo è crescere figli sereni, la pedagogista Katty Ciarallo spiega come liberarsi dall'ansia di prestazione in "Genitori che restano" (Piemme).

STOP A CAPRICCI E PAURE
L'intelligenza emotiva è una risorsa preziosa: parola di Alyssa Blask Campbell e Lauren Stauble in "Piccoli umani, grandi emozioni" (Sperling & Kupfer).



CONSAPEVOLEZZA SÌ, RIMPIANTI NO
Intrecciando esperienze di vita, aneddoti e riflessioni, la psicopedagogista Lucia Todaro invita a cogliere l'essenziale in "Elogio dell'attenzione" (Feltrinelli).

dario@miserveunufficiostampa.com
Salvo per uso personale e' vietato qualunque tipo di redistribuzione con qualsiasi mezzo.