



LA SVOLTA VEGETALE

Autore **Irene Luzi**
Editore **Longanesi** - Prezzo **€ 16.90**

Irene Luzi, psicoterapeuta, ecopsicologa e igienista naturale, propone una scommessa di salute: provare, per trenta giorni, a introdurre nella dieta più alimenti vegetali e naturali. Senza costrizioni, forzature o estremismi. Bastano appena trenta giorni per imprimere una svolta vegetale al nostro stile alimentare, prima, e al nostro stile di vita, poi. Chi segue questo percorso impara ad ascoltarsi, a lasciarsi guidare dal piacere, a fidarsi della propria innata intelligenza alimentare. E ben presto scopre che il cambio nutrizionale rinnova dall'interno: il corpo si disintossica, l'energia aumenta, l'umore migliora.

Il libro contiene un piano alimentare, preziosi consigli pratici per riorganizzare la spesa e la dispensa, le scorciatoie per gestire i tempi più lunghi di preparazione del cibo naturale, e suggerimenti su come regolarsi fuori casa e nella vita sociale. Perché la svolta vegetale è a portata di mano per disintossicare il nostro corpo.

www.longanesi.it

IL SUO ODORE DOPO LA PIOGGIA

Autore **Cédric Sapin-Defour** - Editore **Salani** - Prezzo **€ 16.00**

Può un animale cambiare per sempre la vita di un uomo? In questo romanzo si racconta la storia vera di un amore, di un cane che irrompe nella vita di un uomo aprendo orizzonti sconosciuti. In particolare, una pubblicità sul giornale locale cambia la vita di Cédric: i cuccioli di un Bovaro del Bernese cercano casa. L'idea di allontanare la solitudine con un nuovo compagno lo attrae e diventa una certezza quando incontra il cucciolo dal 'colletto azzurro'. L'attesa è insopportabile e il suo arrivo è preparato con grande cura, compresa la ricerca del nome. Ubac, man mano che cresce, occupa un posto sempre più essenziale nella vita del narratore. Un legame unico, naturale, assoluto in grado di far riverberare la gioia, il dolore, gli istanti irripetibili che cristallizzano i rapporti e l'inesorabile scorrere del tempo che li trasforma in ricordi. In alcune pagine sembra di sentire l'odore tipico e riconoscibile del cane bagnato dalla pioggia. Caso editoriale in Francia acclamato da critica e lettori, è un libro ironico e commovente sugli incontri inattesi che ci regala il destino. www.salani.it



LAURA E LA LUPA

Autore **Paola Bonfanti**
Editore **Scatole Parlanti** - Prezzo **€ 15.00**

Per proteggere la sua cucciolata una lupa si avventa contro Luca che si rifugia a casa di Laura, la quale vive con il figlio Marcello in una villetta ai margini del bosco. L'uomo mostra subito grande interesse per la donna che, nonostante l'attrazione reciproca, lo allontana. L'improvvisa sparizione di Marcello riavvicina Laura a Luca. Ma le tensioni tra di loro crescono. Ai conflitti umani che creano inquietudine e sospetti si contrappone la vita del branco. E sarà proprio la lupa a decidere, in questo thriller psicologico, il destino di Laura.

www.lescatoleparlanti.it



**PREFAZIONE
DI DARIA BIGNARDI**

PENSIAMO IN VERDE

Autore **Annalisa Corrado**
Editore **Piemme** - Prezzo **€ 14.00**

Cosa sono i combustibili fossili e quali sono, invece, le fonti di energia alternativa, rinnovabile e pulita? È possibile eliminare dalle nostre vite tanta inutile plastica usa-e-getta? Sapevate che alcuni vestiti si possono realizzare anche con le bucce d'arancia? Cosa significa "pensare verde" e in che modo, concretamente, possiamo diventare paladini della sostenibilità ambientale? Il libro, scritto con passione e ottimismo, spiega ai ragazzi i temi centrali del nostro tempo, dal surriscaldamento globale all'inquinamento, dalla legalità allo sfruttamento intensivo del suolo. www.edizpiemme.it