



## Libri Top Ten e Lo Scaffale

Publicato da: Claudio Zeni in data: 07 Aprile 2019 In: Turismo&libri Nessun commento

### Top Ten

#### 1. **La versione di Fenoglio**

di Gianrico Carofiglio, Einaudi (€ 16.50)

- **La chiave**

di Anselm Grün, Christoph Gerhard e Erwin Sickinger, Edizioni Il Punto d'Incontro(€ 10.90)

- **Km 123**

di Andrea Camilleri, Mondadori (€ 15.00)

- **Le parole di Sara**

di Maurizio De Giovanni, Rizzoli (€ 19.00)

- **Mantieni il bacio. Lezioni brevi sull'amore**

di Massimo Recalcati, Feltrinelli (€ 14.00)

- **Il viaggio dantesco della santificazione**

di Antonio C. Mastrobuono, Leo S.Olschki Editore (€ 35.00)

- **L'esecuzione. Inchiesta sull'uccisione di Ilaria Alpi e Miran Hrovatin**

di Kaos, (€ 14.46)

- **Un'altra strada. Idee per l'Italia di domani**

di Matteo Renzi, Marsilio (€ 16.00)

- **La rampicante**

di Davide Grittani, LiberAria Editrice (€ 16.50)

## 1. Donne che non perdonano

di Camilla Lackberg, Einaudi(€ 14.50)

### LO SCAFFALE

#### SILVOTERAPIA IL POTERE BENEFICO DEGLI ALBERI

di Jean-Marie Defossez, Edizioni Il Punto d'Incontro(€ 9.90)

Lo sapevi che gli alberi racchiudono un incredibile potere di guarigione? Jean-Marie Defossez ti invita ad andare alla scoperta di questa energia e del legame che ti unisce agli alberi, per ritrovare le tue radici e riportare il benessere nella tua vita.

Hai mai avuto l'impulso di abbracciare un albero? Di toccarlo o di parlargli? Niente paura, non sei impazzito; semplicemente, la tua sensibilità ti permette di percepire dentro di te il profondo legame che esiste tra uomini e alberi. Del resto, varie ricerche scientifiche hanno dimostrato che anche una semplice passeggiata in un bosco esercita un notevole impatto positivo sulla salute, riducendo lo stress, l'ansia, la depressione e il senso di rabbia e frustrazione che spesso ci portiamo dietro dalla città. È stato appurato che due ore di passeggiata migliorano le difese immunitarie, riducono la pressione arteriosa e la secrezione del cortisolo, l'ormone dello stress. Il tutto a costo zero, senza nessun farmaco da prendere.

Silvoterapia ti guida passo dopo passo alla scoperta di tutto quello che puoi fare nel bosco per ritrovare questo benessere: semplici e piacevoli esercizi per rilassarti, meditare, aumentare la tua energia, curarti, trarre ispirazione e mettere in pratica idee geniali. Non devi fare altro che avvicinarti a un albero e lasciarti guidare dalla sua energia e dalla sua saggezza!

#### SOGNI AD OCCHI APERTI

di Andrea Musso, Edizioni Dehoniane Bologna (€ 7.50)

Giovanni vive in montagna e Filippo in città: hanno più o meno la stessa età, ma non si conoscono, anche se entrambi sognano a occhi aperti. Un giorno si incontrano proprio dentro un sogno e diventano amici. Che cosa accadrà? E come cambieranno le loro vite?

Andrea Musso, architetto genovese, è acquarellista, grafico e illustratore. Le sue opere sono popolate di libri, biblioteche, lettori, città immaginarie. Art director della casa editrice Vita e Pensiero, ha disegnato servizi naturalistici per la rivista Airone e ha collaborato con Epoca, Panorama, Le Monde dimanche, Corriere medico, il Manifesto, il Sole 24 Ore, Il Secolo XIX, Leggere, Linus. Ha scritto e illustrato storie per l'infanzia per Einaudi ragazzi, E.Elle, Piemme.

**Claudio Zeni**

---