



# Momenti di relax



Una buona lettura per conoscere, creare e divagarsi



## MI CHIAMO BEBA

DI PALMA LAVECCHIA

INFINITO EDIZIONI, € 13,00

Come scrive nella prefazione Alessandro Meluzzi, psicologo clinico, psichiatra e scrittore, esiste un terribile proverbio ispanoamericano che recita: "Más te pego, más te quiero" ("Più ti picchio, più ti amo"). Un paradosso che oggi giorno sempre più spesso ci troviamo a rivivere tra le pagine della cronaca, una violenza che può essere psicologica come fisica, ma sempre gravissima. Questa è la storia di Benedetta, Beba, che si trova a vivere il dramma di un amore violento, ma anche un dolore ancor più feroce: quello di vedersi strappare il proprio bambino, perché non al sicuro in una tale condizione familiare.

Questa stessa storia è vista anche con gli occhi di un altro personaggio: Paola, l'assistente sociale che si prende l'incarico prima di salvare Mattia, il piccolo, e poi la stessa Benedetta. Palma Lavecchia, Capitano dei Carabinieri, presenta una storia attualissima: quella di una donna che non riesce ad allontanarsi dal suo carnefice, vittima, forse, della mera illusione di cambiarlo. Ma vedremo come è possibile far crescere dentro di sé la forza per rialzarsi, proteggersi e ricominciare a vivere... Consapevoli che la vita non si ferma, ma dona costantemente le armi per difendersi e far sentire il proprio grido di dolore, di rabbia e infine di vittoria.



## OMEOPATIA PER BAMBINI

di RENÉ PRUMMEL

Molte persone riconoscono l'importanza di una terapia più naturale in alternativa ai farmaci convenzionali, anche per quanto riguarda la cura dei bambini. Tanti genitori, infatti, si lamentano proprio di un'assidua somministrazione di antibiotici da parte dei pediatri. Questo volume illustra i principi base su cui si fonda l'omeopatia e la prassi da seguire per prendersi cura della salute dei nostri figli naturalmente. Importante ricordarsi di un fatto fondamentale: "È richiesta la competenza di un omeopata classico esperto, che abbia ricevuto una formazione scientifica in questo ambito [...]. Chi in questo caso cura il suo bambino autonomamente non soltanto risparmia nel settore sbagliato, ma agisce anche in modo irresponsabile".

MACRO EDIZIONI, € 5,90



## I FUNGHI CHE GUARISCONO

di GEORGES M. HALPERN

Sapevate che i funghi sono utilizzati da più di 5.000 anni come medicinali? Questo volume presenta proprio le benefiche proprietà di otto varietà di funghi, illustrando nuove ricerche scientifiche (soprattutto in Cina, Corea e Giappone) che li hanno visti protagonisti per la loro potenzialità nel curare e prevenire alcune malattie. Gli studi sono ancora in itinere, ma già molto si è scoperto sui loro fondamentali benefici. Funghi che potenziano il sistema immunitario, altri che abbassano i livelli di colesterolo, altri ancora che combattono il diabete.

Ma molto altro ancora è in loro "potere"...  
IL PUNTO D'INCONTRO, € 12,90