

GENNAIO 2019

BUONI PROPOSITI PER L'ANNO NUOVO



UN MESE DA LEGGERE

BIBLIOTECA LAZZERINI

BUONI PROPOSITI PER L'ANNO NUOVO

E' arrivato Gennaio e con lui tempo di bilanci e cambiamenti.

Con l'inizio del nuovo anno chi può dire di non aver ripensato a cosa ha fatto e a quello che vorrebbe fare?

Mettersi a dieta dopo gli stravizi delle feste, cominciare ad andare in palestra, dedicarsi ad un nuovo hobby, smettere di fumare, imparare una nuova lingua, vedere di più familiari o amici, sono solo alcune buone intenzioni che si fanno strada con l'arrivo di un anno tutto da scrivere. Possiamo prendere spunto da manuali e saggi: "Keep calm e impara l'arte" è un manuale per carpire finalmente tutti i segreti dell'arte contemporanea. "Tutti in forma" ci aiuta a rispondere a dubbi e domande comuni su salute e benessere. Mentre "Il libro delle piccole rivoluzioni" ci suggerisce tante attività da svolgere quotidianamente, attività semplici ma capaci di rivoluzionare le nostre vite.

Possiamo seguire il consiglio di Eleonor Roosevelt: "Ogni giorno fai qualcosa che ti spaventa" e sperimentare cose nuove e finora impensate, oppure cercare di mettere ordine nelle nostre vite mutuando i consigli di Bridget Jones nel suo ormai famoso "Diario".

L'agenda a Gennaio è piena di buoni propositi: ognuno ha il suo e il tuo qual è?

**SOTTO TUTTI I TITOLI PROPOSTI TROVI UN CODICE FATTO DI LETTERE E NUMERI. SAI CHE COS'È?
È LA COLLOCAZIONE, CHE TI PERMETTE DI TROVARE IL LIBRO O IL FILM A SCAFFALE APERTO. PUOI CERCARLO DA SOLO O FARTI AIUTARE DAI BIBLIOTECARI. BUONA LETTURA!**

ALBERTO MAGGI DI QUESTI TEMPI

GSP 248.4.MAG



«Di questi tempi» è un'espressione che indica qualcosa di negativo. Si avverte spesso un rimpianto diffuso per i «bei tempi» andati, per un passato che è sempre più felice del presente. Ma Alberto Maggi, con la sua gioia contagiosa, ci dimostra che questa nostalgia non ha ragion d'essere, che si può vivere serenamente il presente e andare incontro fiduciosi al futuro.

CHIARA PARENTI PER LANCIARSI DALLE STELLE

F 800.ROSA.PARE 2



"Fai almeno una volta al giorno una cosa che ti spaventi". Sono queste le parole che Sole trova nella lettera che la sua migliore amica le ha scritto poco prima di ripartire per Parigi. Sole non smette di guardare quel foglio perché non c'è nulla di più difficile per lei che superare le proprie paure, ma non può più aspettare. Lo deve alla sua amica. così per cento giorni affronta una paura alla volta.

ALBERTO SIMONE
LA FELICITÀ SUL COMODINO

GSP 158.1.SIM



KEISUKE MATSUMOTO
MANUALE DI PULIZIE DI UN MONACO BUDDHISTA

GTP 648.5.MAT



La felicità può essere imparata e diventare uno stato emotivo duraturo, non uno stato fuggevole da immortalare con una fotografia. La felicità è contagiosa, migliora il nostro stile di vita, si propaga, coinvolge i nostri cari, gli amici, i vicini. Il punto di partenza è educare la nostra mente a smettere di pensare in modo negativo...

«Che ne dite di fare le pulizie di casa dando un'occhiata alle regole dei monaci? Se avete deciso di riordinare la vostra anima, i lavori domestici di tutti i giorni si trasformeranno in quattro e quattr'otto in una pratica spirituale quotidiana.». Così scrive Keisuke Matsumoto nel suo Manuale di pulizie di un monaco buddhista!

LAURA NORTON
NON È COLPA DEL KARMA

F 800.ROSA.NOR1



Sara ha quasi trent'anni e si rende conto che le scelte fatte fino a quel momento non le hanno permesso di realizzare nulla di concreto, decide quindi di investire nel suo sogno: riaprire l'atelier della nonna paterna. In un'altalena di alti e bassi, piccoli incidenti e grandi drammi, Sara scoprirà cosa e chi vuole veramente essere e che il karma, davvero, non c'entra niente!

GIORGIA PENZO
OGNI GIORNO COME IL PRIMO GIORNO

A 858.PENZ GI.OGN



Adesso che è rimasta da sola, Petra fa una promessa alla sorella: vivrà anche per lei. È difficile, ma non si arrende e, spinta da una forza di volontà che non sospettava di avere, affronta un percorso di rinascita. Verrà aiutata prima da Lore, una compagna di classe, poi da Dario, uno studente universitario che le fa ripetizioni di matematica in vista della maturità.

ELSA PUNSET
IL LIBRO DELLE
PICCOLE RIVOLUZIONI

GSP 152.42.PUN



In questo libro troverai 250 routine da seguire quotidianamente, abitudini piccole e semplici eppure capaci di rivoluzionare la tua vita. Come? Aiutandoti a prenderti cura delle emozioni che provi: coltivare quelle positive, riconoscere e gestire quelle negative. Perché la felicità sta soprattutto nelle piccole cose!

ALESSANDRA REDAELLI
KEEP CALM E IMPARA A CAPIRE
L'ARTE

MP 709.04.RED



L'arte contemporanea a volte può essere un bel problema! Se anche voi, entrando in un museo o in una galleria vi siete sentiti disarmati o presi in giro di fronte a un pescecane in formaldeide, un aspirapolvere dentro una teca o dei ragazzini impiccati per le vie di Milano, questo libro è proprio quello che fa per voi.

SARAH KNIGHT
IL MAGICO POTERE DI
SBATTERSENE IL CA##O

GSP 158.1.KNI



Dai melodrammi di famiglia all'aspirazione ad avere un fisico da bikini: Sarah Knight vi spiega il semplice ed efficace Metodo NotSorry per il riordino mentale che vi aiuterà a scatenare il potere di sbattersene il ca**o e vi permetterà di investire il vostro tempo, la vostra energia nelle cose che contano davvero.

DALILA BONELLI
CASA DELIRIO

A 858.BONE DA.CAS



Una mamma, una moglie e studentessa racconta quello che molte donne conoscono alla perfezione: il vortice di una quotidianità piena di cose da fare e sempre complicata da tragici imprevisti. Che fare allora? La via per la sopravvivenza è lastricata di sorrisi e alzate di spalle: se c'è un modo per resistere è quello di riderci sopra!

TUTTI IN FORMA.
320 CONSIGLI PER OGNI ETÀ

GTP 613.TUT



Il volume aiuta a rispondere a dubbi e domande comuni su salute e benessere attraverso consigli e indicazioni chiare e semplici, sfatando falsi miti e leggende metropolitane. Lettori di tutte le età - sportivi, anziani, neogenitori - troveranno la risposta alle loro domande, oltre a indicazioni pratiche volte a promuovere stili di vita salutari.

UMBERTO SANTUCCI
12 PASSI PER ENTRARE NEL MONDO DIGITALE

GRP 004.DOD



12 passi, 12 capitoli... Un capitolo alla settimana e in 3 mesi ottieni un cambiamento significativo. Leggi lentamente, fai gli esercizi consigliati, attiva ricerche sul web e sui social media usando i concetti chiave suggeriti e riassumi il tutto con la guida finale all'azione. Per rompere con le vecchie abitudini e acquisire nuove abilità.

OLIVER BENJAMIN
IL VANGELO SECONDO
LEBOWSKI

GSP 158.1.BEN



La "Chiesa del Drugo" è stata fondata nel 2005 da Oliver Benjamin. Dopo una vita passata a girovagare per il mondo alla ricerca di se stesso, Benjamin rivide per caso il film in un bar della piccola città thailandese di Pai. "Fu una rivelazione", racconta Benjamin, "era come se il film offrisse la chiave per affrontare con leggerezza tutti gli stress e le difficoltà della vita moderna".

KURT VONNEGUT
QUANDO SIETE FELICI, FATECI
CASO

A 818.VONN KU.QUA



Il commencement speech è il discorso tenuto al termine dell'anno accademico ai laureandi delle Università americane da personalità di spicco. Questo volume raccoglie nove discorsi tenuti da Kurt Vonnegut fra il 1978 e il 2004 e si propone come una piccola summa del pensiero di un maestro geniale e irriverente della letteratura del Novecento.

J. K. ROWLING
BUONA VITA A TUTTI

A 828.ROWL JK.BUO



Buona
Vita a
Tutti

Quando la Rowling è stata invitata a tenere il discorso per la cerimonia di laurea di Harvard, ha deciso di parlare di due temi che le stanno molto a cuore: i benefici del fallimento e l'importanza dell'immaginazione. Avere il coraggio di fallire, ha detto, è fondamentale per una buona vita.

WILL BOWEN
IO NON MI LAMENTO

GSP 158.BOW



Il metodo "io non mi lamento" ha contagiato già sei milioni di persone nel mondo. Perché è divertente e promette di migliorare la nostra vita. Funziona così. Si indossa il braccialetto con la scritta "io non mi lamento" e da allora inizia la sfida: stare tre settimane senza lamentarsi! Pensate di riuscirci?

BUONI PROPOSITI PER L'ANNO NUOVO

I FILM



COME RUBARE UN MILIONE DI DOLLARI E VIVERE FELICI
M FILM DVD.WYL.16

Nicole, figlia di Bonnet, noto mecenate, vuole rubare a un museo una statuetta del Cellini prestata dal padre. La ragazza sa che la statuetta è falsa. Trova aiuto in un giovanotto che si innamora di lei ed escogita un astutissimo piano per portare a termine il furto. Il giovane però non è un ladro, come lei crede, ma un detective!



MANGIA PREGA AMA
M FILM DVD.MURP.1

Liz Gilbert ha tutto ciò che una donna può sognare – un marito, una casa e una carriera di successo – ma è insoddisfatta e confusa. Liz decide di abbandonare tutto e allontanarsi dal suo mondo per intraprendere un viaggio intorno al mondo grazie al quale ritroverà il suo equilibrio interiore e un nuovo amore.

BUONI PROPOSITI PER L'ANNO NUOVO

I FILM



SMETTO QUANDO VOGLIO **M FILM DVD.SIB.1**

Pietro Zinni, trentasette anni, fa il ricercatore ed è un genio, ma questo non è sufficiente perché quando arrivano i tagli all'università viene licenziato. Cosa può fare per sopravvivere? L'idea è drammaticamente semplice: mettere insieme una banda criminale come non se ne sono mai viste. Ma riuscirà a gestirla?



COME AMMAZZARE IL CAPO... E VIVERE FELICI **M FILM DVD.GORD.1**

Tre amici, Nick, Dale e Kurt, hanno un piano per uccidere i loro rispettivi capi – Dave Harken, Julia Harris e Bobby Pellitt. I tre non possono proprio più sopportare l'odiosa spocchia vessatoria dei loro principali e allora le provano tutte per eliminarli. Ma questo complottare porta solo risultati disastrosi.