



Un futuro concreto per i giovani

Come stare in relazione con gli adolescenti. Legumi, buoni, sani ma troppo trascurati



Matteo Lancini
CHIAMAMI ADULTO
Raffaello Cortina
pp. 224 - €16,00

In *Chiamami adulto*, libro che conclude la trilogia iniziata nel 2021 con *L'età tradita*, Matteo Lancini esplora i molteplici contesti e le modalità in cui gli adolescenti costruiscono relazioni: dalla famiglia alla scuola, dagli ambienti digitali alle stanze di psicoterapia,

dal gruppo dei pari al rapporto di coppia. Partendo da alcuni spunti già introdotti in *Sii te stesso a modo mio*, come l'assenza di prospettive future e la fragilità adulta che spesso ostacola un dialogo autentico, l'autore scava in profondità, rivelando che cosa serve davvero per avvicinarsi ai giovani: l'ascolto e una presenza empatica. Attraverso esempi concreti, storie personali e riflessioni incisive, il libro offre a genitori, insegnanti e psicologi gli strumenti per superare l'urgenza del fare e per imparare finalmente a stare nella relazione, aiutando i ragazzi a non sentirsi più soli in mezzo agli altri, ma compresi e sostenuti. "Quello che occorre è un nuovo patto generazionale che renda gli adolescenti protagonisti tanto del presente quanto del futuro".



Ilaria Cappellacci
LEGUMI AFFETTIVI
Giacomo Editore
pp. 190 - €15,00

Spesso dimenticati, ma straordinariamente versatili, i legumi sono veri e propri tesori della nostra tradizione gastronomica. Ricchi di proteine, fibre, minerali e vitamine, giocano

un ruolo importante in una dieta sana ed equilibrata e sono ingredienti perfetti per creare piatti sani e sorprendentemente deliziosi. Questo libro di ricette è un viaggio gastronomico che unisce sapientemente passato e presente, riscopre le nostre radici e guarda al futuro, reinterpretando i grandi classici - come zuppe e primi piatti - e affiancandoli a ricette moderne: insalate fresche, snack sfiziosi e persino dolci inaspettati. Fagioli Solfini, lenticchie, ceci, quercia, cicerchie e roveja, patrimonio agroalimentare del comune di Appignano (MC), un pittoresco paese a forma di cuore, diventano i protagonisti di piatti che spaziano dalla cucina mediterranea tradizionale a quella internazionale moderna. Un libro che celebra la memoria storica e apre le porte a nuove possibilità culinarie, per chi vuole mangiare con gusto, consapevolezza e creatività.

