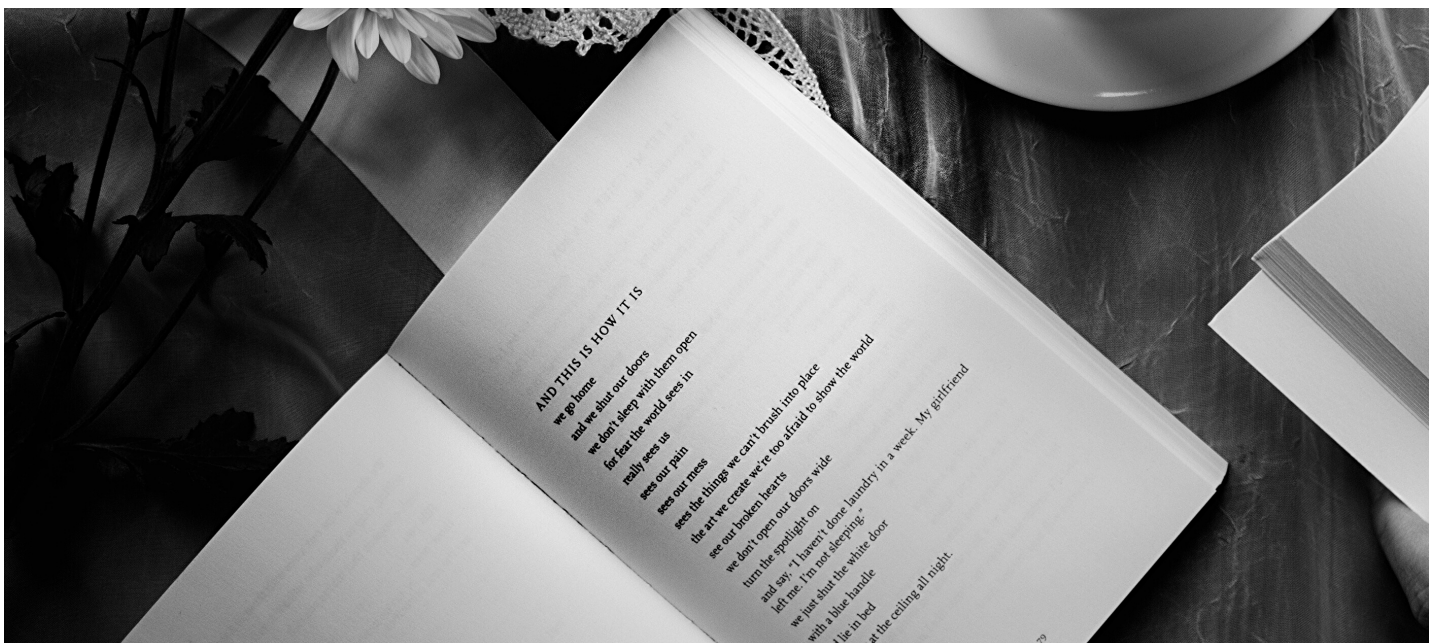


23 D'ABRIL DES DE CASA



RECOMANACIONS LITERÀRIES | PER PART DE TERESA ROIG





editorial

"Recomanacions literàries" és un article escrit per Teresa Roig, que forma part del proper número 15 de la **Revista La Salut de Gràcia**.

Per aquest 23 d'abril que hem de celebrar des de casa, us hem volgut avançar aquest article perquè pugueu gaudir d'uns bons llibres.

I properament ja tindreu disponible el número de la Revista complet i en format digital.

**Comissió de Cultura i Cohesió Social
de Salutem - Accions comunitàries**

L L I B R E S



L L I B R E S

Recomanacions literàries

Teresa Roig
veïna, mare i escriptora

Aquests dies de confinament a casa són una bona ocasió per tal de posar ordre a la biblioteca personal, separant aquells llibres que ja no ens interessin i redescobrint els que sí. Aquells exemplars que no necessitem podem guardar-los per dur al punt verd més proper, on hi ha un espai destinat a l'intercanvi, deixar-lo a l'entrada del Mercat de Lesseps— on n'hi ha un d'improvisat—, o fins i tot, podeu oferir-los a amistats, coneguts i veïns, ja que inclús aquests dies poden donar una alegria a més d'un/a, sobretot si passa el confinament en soledat. També és el moment ideal per a gaudir de velles lectures i descobrir-ne de noves que teníem pendents per manca de temps. I, en el cas de tenir quinxalla, una oportunitat ideal per a compartir o començar a establir hàbits i rutines conjuntes.

Res els agrada més als infants que els seus mapares els llegeixin un conte! I també podeu canviar les tornes i que facin ells de lectors...

Sigui com sigui, la lectura és una bona companyia per a aquests dies estranys: aprofitem-la. Tenim al davant una bona oportunitat per a ampliar la nostra consciència, els coneixements i la sensibilitat respecte el planeta, per a millorar-hi la convivència en el futur i fer-la més sostenible i respectuosa, alhora que tant o més divertida! I una servidora, com a mare i escriptora, aprofita l'avinentesa per a recomanar-vos algunes obres interessants, de diferents tipus, per a totes les edats i els gustos.

Esperem que us agradin!

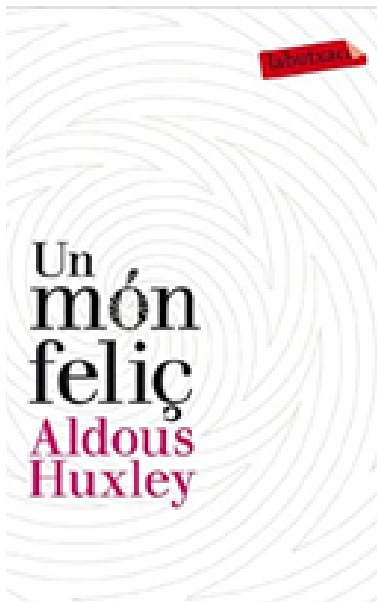
Recomanacions literàries

Teresa Roig
veïna, mare i escriptora



“Factfulness: Diez razones por las que estamos equivocados sobre el mundo. Y por qué las cosas están mejor de lo que piensas” de Hans Rosling. ¿Qué porcentaje de la población global vive en la pobreza? ¿Cuántas niñas acaban la educación básica en los países pobres? ¿Cuál es actualmente la esperanza de vida en el mundo? La mayoría de personas responden incorrectamente a estas preguntas y a otras similares. ¿A qué se debe? Este libro explica por qué somos más pesimistas de lo que en realidad deberíamos ser dada la situación real de nuestro mundo."

Un llibre que ens obre els ulls sobre la percepció del món que ens creem a partir dels mitjans de comunicació, amb un munt d'estudis i dades molt interessants al llarg de la història.



“Un món feliç” d'Aldous Huxley És una de les novel·les de ciència ficció més celebrades del segle XX. Publicada en una època en què ja emergien, com una amenaça, els grans règims totalitaris que havien de desembocar en la Segona Guerra Mundial, Un món feliç ens convida a imaginar una societat futura en què un Estat paternalista manté els seus súbdits sota els efectes de la droga oficial del règim, un narcòtic anomenat «soma». A fi d'aconseguir blocs de ciutadans genèticament unificats i coherents, l'Estat endega un projecte de clonació. Els embrions, concebuts i desenvolupats al laboratori, són traslladats a la sala de Predestinació Social, on s'ajusten les aptituds i la intel·ligència de cadascú segons la casta que li ha estat assignada. Quatre joves, víctimes i herois d'aquesta novel·la, no encaixaran en un règim planificador i totalitari que pretén transformar els humans en meres cèl·lules d'un cos social."

Una lectura fascinant i imprescindible per als amants de la ciència ficció i per als que no.

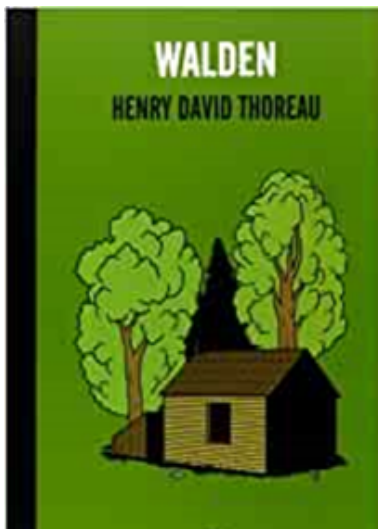
Recomanacions literàries

Teresa Roig
veïna, mare i escriptora



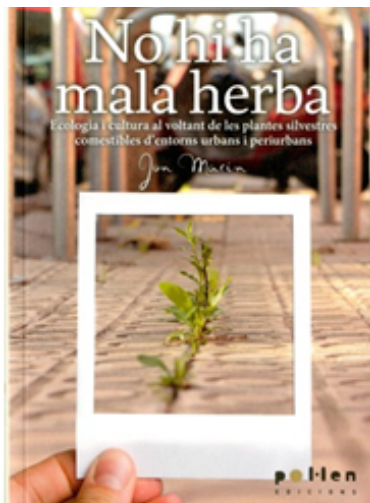
"Com hem de parlar perquè els fills escoltin i escoltar perquè els fills parlin" d'A. Faber, E. Mazlish. Llibre supervendes que proporciona als pares la formació necessària per ser més eficaços amb els fills. Elogiat amb entusiasme per part de pares i educadors de tot el món, l'enfocament pràctic i respectuós aconsegueix que les relacions amb nens de totes les edats siguin menys estressants i més gratificadores."

Aquest, sens dubte, hauria de ser un dels llibres de capçalera de tots els mapares del món. Un útil manual de comunicació familiar, Especialment en èpoques complexes, i al llarg de tota la vida.



"Walden" de Henry David Thoreau. En el verano de 1845 Thoreau abandona la casa familiar de Concord y se va a vivir a una cabaña que él mismo ha construido junto a la laguna de Walden. Pero Thoreau no se marcha a los bosques para «jugar a la vida», sino para «vivirla intensamente de principio a fin», y a partir de esa experiencia, que se prolongó durante dos años, escribió uno de los clásicos fundamentales del ensayo moderno."

Una fascinant aventura en la que el viatge és més interior que exterior...



"No hi ha mala herba", de Jon Marin Tot allò que la humanitat no ha plantat i creix sense permís és tan sols una mala herba. Però aquestes males herbes amaguen, sens dubte, un gran potencial culinari i, el més important, una via extremadament valuosa per apropar l'interès per la botànica a aquelles persones desconexores de la gran biodiversitat que hi ha en el nostre país."

El millor d'aquest llibre, a part del títol, és justament aquest enfoc cap a l'aprofitament dels recursos naturals, recuperant la memòria popular i reinventant l'etnobotànica a peu de carrer.

Recomanacions literàries

Teresa Roig
veïna, mare i escriptora



“Yo nunca fui a la escuela”, d'André Stern ¿Cómo crece un niño que nunca pisa una escuela? ¿Qué sucede si nace en un entorno de absoluta confianza en sus capacidades y se le permite realizar solo aquellas actividades que le interesan, aunque aparentemente se pase el día «jugando»? ¿Cómo es una vida totalmente alejada de las expectativas, de las rutinas y los calendarios establecidos?

André Stern nació en ese entorno. Pasó por diversos procesos de aprendizaje. Se especializó de forma extraordinaria en cada materia que despertaba su atención, en todo lo que le interesaba. Creció y se convirtió en un adulto seguro de sí mismo, sociable, entusiasta... Un músico, compositor, lutier, autor y periodista que ama lo que hace."

Una curiosa biografia que demostra que l'aprenentatge també és possible fora de l'escola.



“Qui no sap riure no sap viure”, d'Andreu Galan. Romanços i cançons, raps gastronòmics, enverinalles amb molta tralla, arbres imaginaris, pollastres poetastres, aranyes pissiganyes, pins que rapegen, puces casadores, aquelarres secrets... Heus ací 21 poemes per a infants de totes les edats, amb l'eix comú de la rialla i la diversió, en què es barreja el sentit de l'humor i la cultura popular amb un tracte exigent del vers i les paraules."

Un divertit, original i emotiu llibre de... poemes? Per gaudir en família, a totes les edats.



“Shhh! Tenim un pla” de Chris Haughton. És la història d'uns audaçs caçadors que fracassen repetidament en els seus intents d'atrapar esquirols, ocells... sense que els serveixi tota la seva cautela i astúcia. No obstant això, el menor dels quatre, malgrat ser contínuament renyat pels altres, acaba aconseguint les seves finalitats (o gairebé...) amb un mètode ben diferent.

Una delícia de conte amb acolorides il·lustracions que captivarà els menuts de la casa.

Recomanacions literàries

Teresa Roig
veïna, mare i escriptora



"La cuina sostenible" d'Ada Parellada. Aquest és un llibre amb pretensions:

1. Mostrar un dels problemes actuals més importants, el de la quantitat de menjar que llencem diàriament a les escombraries, un malbaratament alimentari que augmenta cada dia.
2. Reorganitzar la teva cuina, fer-la més eficaç i àgil, donant idees i trucs per millorar la gestió culinària quotidiana.
3. Ensenyar-te a menjar millor, més sa, més variat, més saborós i més divertit.
4. Ajudar-te a viure de renda, culinàriament parlant: que el temps invertit a cuinar avui et serveixi per a la resta de la setmana."

Molt més que un receptari que mereix un lloc especial a la cuina de totes les cases. Perquè el bon profit passa per una bona cuina, en tots els sentits.



"L'Agus i els monstres" de Jaume Copons i Liliana Fortuny. L'Agus Pianola és un noi molt despistat i una mica galtes que ja sap que hauria de tenir l'habitació ben endreçada, però sempre espera que la mare li ho recordi perquè mai no troba el moment per posar-s'hi. I és clar, en una habitació desendreçada es perden moltes coses, com ara pilotes, videojocs i redaccions... i també se'n troben d'altres. Tu què faries, si un bon dia et trobessis l'habitació plena de monstres?"

Juntament amb en Gerònimo Stilton és la sèrie preferida del nostre fill. Trepidant i educativa!

feliç dia a tothom



REVISTA LA SALUT DE GRÀCIA



ARTICLE EXTRA PER LA DIADA DE SANT
JORDI, SANTA JORDINA I GEORGINA