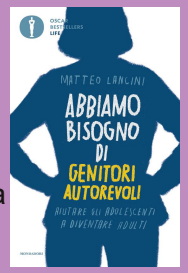
dipendenza, che esplora il bisogno di rompere gli schemi e la complessa relazione con il proprio corpo per trovare, finalmente, una voce che sia soltanto propria.

4. RICOSTRUIRE I LEGAMI
Strumenti per adulti e per la cura di sé

Matteo Lancini
Abbiamo bisogno di genitori autorevoli: aiutare gli adolescenti a diventare adulti
Mondadori, 2020



I divieti degli adulti sono spesso vissuti dai giovani come gesti che negano la loro crescita. Lancini suggerisce come favorire autonomia e responsabilità senza lasciare soli i ragazzi, costruendo un'autorevolezza capace di ascoltare e definire insieme un progetto futuro.

Ameya Gabriella Canovi
Dentro di me c'è un posto bellissimo: imparare a volersi bene affinché l'amore accada
Vallardi, 2024

Un percorso per accettare le proprie ferite e uscire dal loop dell'infelicità. L'autrice ci accompagna alla scoperta di un posto sicuro dentro di noi, insegnandoci che non c'è amore verso gli altri senza aver prima imparato la difficile ma fondamentale arte di amarci.

CRESCERE E' UN'ARTE IMPERFETTA

Questo percorso di lettura non vuole offrire soluzioni magiche, ma chiavi di accesso per aprire porte che spesso restano chiuse dal silenzio o dall'incomprensione. Come ci ricordano gli autori selezionati, il primo passo verso la guarigione e l'equilibrio è il coraggio di sentirsi visti e ascoltati.

"Le parole sono ponti: usiamole per attraversare l'oceano di silenzio che a volte ci separa dai nostri ragazzi."

La Biblioteca Bertoliana propone periodicamente percorsi di lettura tematici per accompagnare bambini, ragazzi e famiglie nella scoperta di nuove storie. Ogni appuntamento è un'occasione per approfondire un tema diverso attraverso la magia dei libri.

Tutti i titoli selezionati in questo depliant sono disponibili presso la Rete Bibliotecaria Vicentina.

Navighi online?
Se stai consultando la versione digitale di questo depliant, puoi cliccare direttamente sul titolo di ogni libro per accedere al catalogo e richiedere la tua prenotazione con un semplice clic.

A cura dell'Ufficio Consulenza
0444-578203
consulenza.bertoliana@comune.vicenza.it

Città di Vicenza
ISTITUZIONE PUBBLICA CULTURALE
BIBLIOTECA CIVICA BERTOLIANA
CITTÀ CHE LEGGE

#XVoriamocidililla

15 marzo 2026

15 marzo '26
XV giornata nazionale
del fiocchetto lilla

acquerello di Matteo Trentin ©

percorso di lettura
sui disturbi alimentari

MIDORI
ASSOCIAZIONE
CONTRO I DISTURBI ALIMENTARI

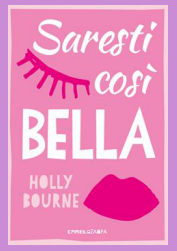
COORDINAMENTO NAZIONALE DISTURBI ALIMENTARI

1. LA SOCIETA' DELLO SPECCHIO
Perché i nostri ragazzi si sentono in gabbia?

Maura Gancitano
Specchio delle mie brame: la prigione della bellezza
Einaudi, 2022

La bellezza è oggi una tecnica politica di potere, una gabbia dorata che impone standard rigidi. Il libro invita a superare il mito della perfezione oggettiva per riscoprire la bellezza come percorso di fioritura personale, libero da condizionamenti esterni e indottrinamento.

Holly Bourne
Saresti cosi bella
Camelozampa, 2024



In un mondo diviso tra le "Belle", che seguono la dottrina del look, e le "Discutibili", che si ribellano alle imposizioni, esiste una terza via? Un potente romanzo femminista che apre gli occhi sulla nostra società e sulla necessità di rivendicare il proprio valore autentico.

Alberto Pellai
Esci da quella stanza: come e perché riportare i nostri figli nel mondo
Mondadori, 2025

Il mondo online risucchia i ragazzi in un nuovo Paese dei Balocchi che ignora i loro bisogni di crescita. Pellai e Tamborini offrono consigli concreti per aiutare i figli a varcare la soglia delle loro stanze, ritrovando la fatica e la libertà di diventare se stessi.

2. LEGGERE IL SILENZIO
Cosa succede nella mente di chi soffre?

Maura Manca
Leggimi nel pensiero: un viaggio alla scoperta dei problemi dei nostri ragazzi
Mondadori, 2020

Attraverso storie vere narrate in prima persona, l'autrice esplora l'oceano di dolore dietro bullismo e autolesionismo. Capire cosa si nasconde dietro l'incapacità di comunicare dei giovani è il primo passo fondamentale per sostenerli nel loro desiderio di riscatto.

Michela Marzano
Qualcosa che brilla
Rizzoli, 2025

Al Centro La Ginestra, il dottor Mauro Rolli cura attraverso l'ascolto e la vicinanza, accogliendo i ragazzi nella loro fragilità. Un romanzo che illumina con sincerità il disagio di una generazione a cui il mondo sembra aver rubato tutto, celebrando l'imperfezione di ogni storia.

Stefano Vicari
Adolescenti interrotti: intercettare il disagio prima che sia tardi
Feltrinelli, 2025

Vicari analizza il crescente malessere psichico che sfocia in crisi depressive e disturbi alimentari. Il libro guida adulti e insegnanti a intercettare i segnali d'allarme e a riscoprire la propria vocazione educativa per aiutare i ragazzi a crescere emotivamente stabili.

3. IL CORPO COME CAMPO DI BATTAGLIA
Narrazioni di lotta e di guarigione.

Benedetta Bonfiglioli
Incorporea
Giralangolo, 2024

Jude cerca di diventare invisibile controllando ossessivamente il cibo, fino a non "sentire" più nulla. Ricoverata in una struttura specializzata, troverà il coraggio di risalire dal baratro. Una storia di guarigione necessaria su una vita fragile che riprende il suo spazio.

Giovanni "Gioz" Scarduelli
Corpo a corpo. Romanzo grafico
Terre di mezzo, 2025

Martino, ossessionato dall'aspetto fisico, crea un guerriero mentale perfetto per compensare le sue insicurezze. Quando troverà il coraggio di mostrarsi con le proprie fragilità, scoprirà che anche Margherita sta combattendo una dura battaglia con il proprio corpo.

Lisa Balavoine
E così bruciamo
Terre di mezzo, 2025

Blanche danza da sempre, cercando nella perfezione classica un modo per essere vista. L'incontro al liceo con Ada, ragazza libera e tormentata, scatena un legame intenso e pericoloso. Una storia sospesa tra amore e