



Autore: **Luigi Gallimberti**
con **S. Chindamo e G. Madeo**

Titolo: **LA BUONA NANNA**
Bambini sani e forti

Genere: Saggio "per genitori e figli"
Collana: "Logosinopie", 51
Pagine: 64
Formato: cm 15 x 21
Illustrato: con 20 disegni a colori
Prezzo: € 12,00

ISBN: 978-88-7232-793-7



Nella società moderna, tramortita dalle molte conquiste del progresso e soprattutto dello sviluppo tecnologico, le persone tendono a dormire sempre meno e a volere *tutto-e-subito*, con l'inevitabile conseguenza di sentirsi ogni giorno che passa sempre meno soddisfatti e un poco piú infelici. Per invertire questa tendenza un'alternativa percorribile c'è: vigilare che i nostri figli, dal momento in cui "atterrano" sul nostro pianeta, dormano le ore necessarie e imparino, fin da piccoli, l'arte dell'attesa. Sono due semplici regole di antico "buon senso", purtroppo spesso dimenticate, che speriamo questo libro aiuti a ritrovare.

Luigi Gallimberti: medico psichiatra e tossicologo, ha sempre lavorato nel campo degli abusi e delle dipendenze da sostanze e comportamentali, sia nell'ambito della cura sia in quello della prevenzione; su queste problematiche ha pubblicato diversi libri di grande divulgazione editi dalla BUR Rizzoli, e il libro di grande successo ***C'era una volta un bambino...*** (Book Editore, 2014, 3 edizioni).

Dello stesso autore:

