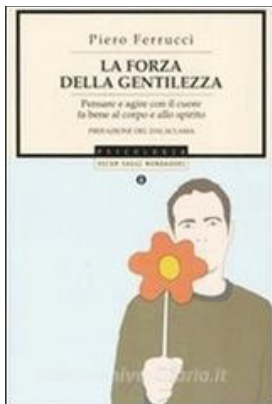


**La forza della gentilezza : pensare e agire con il cuore fa bene al corpo e allo spirito / Piero Ferrucci. - Mondadori, 2006. - 224 p.**

Essere gentili conviene: fa bene alla salute, guadagna simpatie, crea intorno un clima positivo e sereno. Il vero tornaconto della gentilezza, tuttavia, sta proprio nell'essere gentili. La gentilezza, infatti, dà un senso e un valore alla nostra esistenza, ci fa dimenticare i guai quotidiani e sentire bene con noi stessi. Piero Ferrucci mostra in questo libro, frutto di ricerche scientifiche, che una qualità "inattuale" come la gentilezza può rivelare un potere dirompente soprattutto nell'epoca odierna, in cui i rapporti fra esseri umani sono sempre meno autentici e sempre più formali.



**Il potere della gentilezza : 16 regole d'oro per ottenere e dare fiducia / Franck Martin. - Feltrinelli, 2019. - 134 p.**

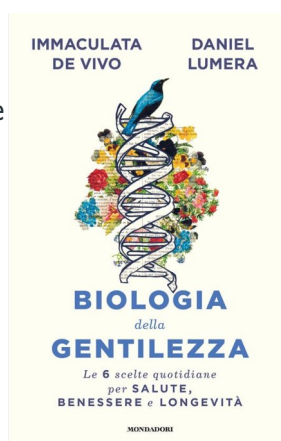


La gentilezza custodisce il segreto per instaurare relazioni solide, autentiche, di fiducia, che ci aiutano a conseguire i risultati desiderati in tutti gli ambiti della nostra esistenza privata e sociale. La gentilezza è un bene complesso e potentissimo, che appartiene a ciascuno di noi, ma che va riscoperto e praticato quotidianamente, perché porti i suoi frutti migliori. Che senso ha parlare di gentilezza, in un

mondo conflittuale, ad alto tasso di competitività, dove a predominare sembra essere l'esatto contrario? Quali vantaggi ne avremmo? Possiamo essere gentili senza risultare deboli, imprudenti o, peggio, ingenui?

**Biologia della gentilezza : le 6 scelte quotidiane per salute, benessere e longevità / Immacolata De Vivo, Daniel Lumera. - Mondadori, 2020. - 356 p.**

Essere gentili ha un impatto diretto sui nostri geni? L'ottimismo ci fa vivere più sani e più a lungo? La felicità aiuta i processi antinfiammatori? A queste domande rispondono Immacolata De Vivo e Daniel Lumera mettendo a confronto scienza e coscienza in un approccio rivoluzionario alla salute, alla longevità e alla qualità della vita.



*Degli stessi autori:*

*- La lezione della farfalla : 7 consapevolezze per rigenerarsi e scoprire un nuovo benessere / Immacolata De Vivo, Daniel Lumera. - Milano : Mondadori, 2021. - 402 p.*

**Elogio della gentilezza : breve storia di un valore in disuso / Adam Phillips, Barbara Taylor. - Ponte alle Grazie, 2015. - 111 p.**

Questo libro è l'elogio di un valore sommerso e discreto: la gentilezza, quella capacità di ascoltare e accogliere le fragilità altrui, che è anche generosità, altruismo, solidarietà. L'intento non è né moralistico né edificante: la gentilezza è semplicemente uno dei modi migliori per essere felici, è un piacere fondamentale per il nostro benessere. Ma perché la gentilezza è diventata per la nostra epoca un tabù? Questo libro, uscito dalla penna di una storica e di uno psicanalista, cerca di rispondere alla domanda e affianca al confronto con la psicanalisi una dettagliata ricostruzione storica, che va dalla grecità ai nostri giorni, del tema della gentilezza, come valore irrinunciabile della vita buona.



**Il digitale gentile : la comunicazione digitale ha bisogno di empatia, non solo di strategia / Sara Malaguti. - L'età dell'Acquario, 2020. - 184 p.**

Il digitale è entrato prepotentemente nelle nostre vite a partire dal febbraio 2020. Nell'era del Covid-19 abbiamo dovuto rivoluzionare in pochi giorni il nostro modo di lavorare e comunicare, adattandoci a smart working, commercio elettronico e comunicazione digitale. Il risultato, in molti casi, è stato più simile a una bulimia temporanea che a una trasformazione consapevole. In questo libro, Sara Malaguti, esperta di marketing e comunicazione digitale, con uno stile semplice e ricco di esempi spiega i concetti chiave del digitale, mettendo in particolare l'accento su gentilezza ed empatia.



**Della gentilezza e il coraggio : breviario di politica e altre cose / Gianrico Carofiglio. - Feltrinelli, 2020. - 119 p.**

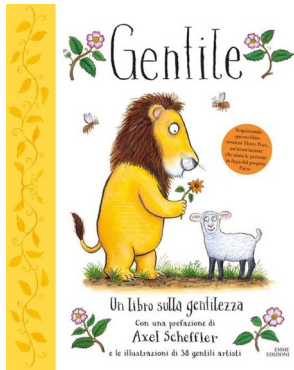
La qualità della vita democratica nasce innanzitutto dalla capacità di porre e porsi buone domande. E questo vale sia per chi il potere ce l'ha sia per chi apparentemente non ce l'ha. Perché i cittadini hanno un potere nascosto che deriva dall'esercizio della critica. In queste pagine Carofiglio costruisce un sommario di suggerimenti per una nuova pratica della convivenza civile. Partendo dai maestri del lontano Oriente e passando per i moderni pensatori, scopriamo un nuovo senso per parole antiche e



fondamentali, come la gentilezza. Non c'entra nulla con le buone maniere, né con l'essere miti, ma disegna un nuovo modello di uomo, che accetta il conflitto e lo pratica secondo regole, in una dimensione audace e non distruttiva. Per questo la gentilezza diventa una dote dell'intelligenza, una virtù necessaria.

PER BAMBINI E RAGAZZI

**Gentile : un libro sulla gentilezza / testo di Alison Green. - EL, 2021. - 1 v. : ill.**



Un libro illustrato per bambini dai 4 anni. Una storia di uomini e animali per riscoprire il valore della gentilezza, della solidarietà, del rispetto, dell'amore e dell'amicizia. Un libro per immaginare un mondo dove tutti sono gentili. Come far sì che questo sogno diventi realtà?

**Le sei storie della gentilezza / Sara Agostini. - Gribaudo, 2018. - 1 v. : ill.**

Compiere un piccolo gesto per aiutare chi ci sta intorno richiede poca fatica e ci dà molto! Sei racconti illustrati a colori per scoprire quanto sia preziosa la gentilezza.



- **Il cocodrillo gentile / Lucia Panzieri. - Il Castoro, 2021. - 1 v. : ill.**
- **Gentilezza / Angela Valsecchi. - La coccinella, 2021. - 1 v. : ill.**
- **Gerald, stambecco gentile / testo di Philip Giordano. - Lapis, 2019. - 1 v. : ill.**
- **Il GGG / Roald Dahl. - Salani, 2007. - 223 p.**
- **Il piccolo libro della gentilezza / Francesca Pirrone. - Clavis, 2020. - 1 v. : ill.**
- **Il pirata gentile / Giulia Oberholtzer. - EGA, 2021. - 1 v. : ill.**
- **Sai perché sono gentile? / Tracey Moroney. - Crearelibri, 2007. - 1 v. : ill.**

dal **17 febbraio all'8 marzo 2022**

arriverà in Biblioteca la

## VALIGIA DELLA GENTILEZZA



La valigia è stata ideata per mettere in rete alcune comunità locali in cui è presente l'Assessorato alla Gentilezza. Ogni volta che giungerà in uno dei Comuni prestabiliti potrà essere riempita dai cittadini con oggetti che simboleggiano e rappresentano la gentilezza. A conclusione del percorso la valigia ritornerà "piena di gentilezza" nel Comune da cui è partita. Sarà interessante scoprire come, girando, la gentilezza viene percepita dai cittadini.

**Sabato 5 marzo dalle ore 17.00**

iniziativa finale alla presenza di

**Luca Nardi** – fondatore progetto "Costruiamo la gentilezza"

**Anna Maria Palma** – Ambasciatrice di gentilezza  
**Eleonora François** – Assessore alla gentilezza del Comune di Bagno a Ripoli

\*\*\*\*\*

**Biblioteca comunale di Bagno a Ripoli**  
via di Belmonte 38 50012 Bagno a Ripoli (FI)  
tel 055645879-645881

[biblioteca@comune.bagno-a-ripoli.fi.it](mailto:biblioteca@comune.bagno-a-ripoli.fi.it)  
[www.biblioteca.comune.bagno-a-ripoli.fi.it](http://www.biblioteca.comune.bagno-a-ripoli.fi.it)  
<https://www.facebook.com/bibliotecabagnoaripoli>



*l'alfabeto del 2022*

# G

## Gennaio

# Gentilezza

*piccola selezione di letture per tutte le età  
sul tema della gentilezza.*

Gennaio 2022