

TAPPA 4: CORPO, IDENTITA' E RELAZIONE

Per i più grandi, dove il cibo diventa specchio dell'immagine di sé e del rapporto con gli altri.

Gaia Guasti
Maionese, ketchup o latte di soia

Camelozampa, 2018

Elianor mangia vegano e ha un odore "diverso". Un romanzo che usa il senso dell'olfatto per parlare di amicizia, bullismo e della bellezza di essere se stessi. Qui il cibo è identità e scelta (veganismo), ma anche pretesto per il bullismo. Aiuta a capire che ciò che mangiamo ci definisce, ma non deve isolarci. Età di lettura: da 10 anni



Andrea Dorfman
Imperfetta

Einaudi ragazzi, 2019

In questa graphic novel autobiografica, Andrea racconta il suo tormentato rapporto con lo specchio e l'insicurezza per un naso "troppo grosso". Attraverso il paradosso dell'amore per un chirurgo plastico, l'autrice affronta un viaggio intimo dall'adolescenza all'età adulta, imparando che la vera sfida non è cambiare il proprio aspetto, ma trovare il coraggio di accettarsi e volersi bene, difetti compresi.

Età di lettura: da 9 anni.



Francesca Saccà, Leonardo Capocchia
Insegnami l'amore. Storie e attività per educare i bambini a relazioni sane e felici
Red, 2026

In un mondo dove empatia e rispetto sono

sempre più rari, questo libro si offre come una bussola emotiva per aiutare i più piccoli a costruire relazioni sane. Attraverso le storie di animali protagonisti, i bambini affrontano temi come l'autostima, la gestione del distacco e il rispetto dei confini personali. Non è solo una raccolta di racconti illustrati, ma una vera guida pratica: grazie alle attività pensate per genitori e insegnanti, il libro diventa uno strumento per promuovere una cultura dell'affettività basata su gentilezza, accoglienza e scoperta di sé. per una crescita affettiva serena e rispettosa di sé e degli altri. .



Continua a leggere con noi...

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

#XV *oriamocidilla*
15 marzo 2026



15 MARZO 2026

**XV giornata nazionale
del fiocchetto lilla**

A TAVOLA CON LA FANTASIA



Un banchetto di emozioni

**Perché ogni piatto ha una
storia da raccontare e ogni
libro un sapore da scoprire**



TAPPA 1: PRIMI MORSI, PRIMI NO

Dedicata ai piccolissimi che vedono il piatto come un campo di battaglia o un muro insuperabile.

Nicoletta Costa

**Orso Blu non vuole mangiare!
Mondadori, 2023**

Orso Blu non vuole mangiare! Se il tuo peluche preferito chiude la bocca davanti a un piatto nuovo, come farai a convincerlo? Una storia dolcissima per imparare ad assaggiare insieme.

Età di lettura: da 2 anni

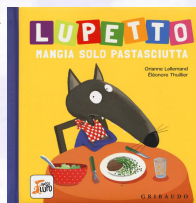


Orianne Lallemand

**Lupetto mangia solo pastasciutta
Gribaudo, 2017**

Lupetto mangia solo pastasciutta Funghi? No! Prosciutto? Nemmeno! Per Lupetto esiste solo la pasta. Riuscirà a scoprire che il mondo è pieno di altri sapori deliziosi?

Età di lettura: da 3 anni.



Alberto Pellai, Barbara Tamborini

**Non voglio la pappa!
De Agostini, 2017**

Non voglio la pappa! Una filastrocca per i bimbi e una guida per i grandi: perché a volte dire "no" al cucchiaino è una grande sfida che si vince solo insieme.

Età di lettura: da 4 anni.



TAPPA 2 PICCOLI PASSI, GRANDI SCOPERTE

Dedicata a chi ha bisogno di cambiare prospettiva: il cibo non si subisce, si crea o si sogna.

Susanna Isern, Marta Cabrol

**Un compito da... grandi
IdeeAli, 2020**

L'elefantino Olli riceve dalla mamma una missione molto speciale: un compito da "grandi" che lo metterà alla prova. Questa storia accompagna i bambini alla scoperta delle prime responsabilità, insegnando che sbagliare non è un fallimento ma un passaggio necessario per crescere. Un libro prezioso per nutrire l'autostima e imparare ad affrontare le sfide quotidiane con coraggio e un pizzico di leggerezza. Età di lettura: da 3 anni.



Guido Quarzo, Anna Vivarelli

**Mangia, Matilde!
Interlinea junior, 2015**

Mangia, Matilde! Cosa succede se cadi dentro la minestra? Tra rotelle di zucchine giganti e budini tremolanti, Matilde trasforma il rifiuto del cibo in un viaggio fantastico.

Età di lettura: da 7 anni.



HifuMiyo, Nina Davidson

**Oggi cucino io! La mia prima guida pratica per imparare a cucinare
Fabbri, 2023**

Oggi cucino io! Oltre 1000 gesti e 125 ricette per smettere di essere solo un commensale e diventare un vero chef autonomo. Cucinare non è mai stato così divertente!

Età di lettura: da 6 anni.



TAPPA 3: SOTTO LA SUPERFICIE

Perché a volte il problema non è la fame, ma quello che sentiamo dentro.

Zornitsa Hristova, Kiril Zlatkov

**Ascoltami quando sto zitto
Orecchio acerbo, 2024**

Un libro poetico che esplora il potere del silenzio e i limiti delle parole. Un orsetto ricorda la sua infanzia e scopre che, sebbene i grandi gli abbiano insegnato a dare un nome alle cose, le parole non bastano a spiegare tutto ciò che sente. Una storia rara sulla tenerezza e sulla complessità del mondo interiore, che invita ad ascoltare ciò che non viene detto. Età di lettura: da 3 anni.



Alba Marcoli

**Il bambino arrabbiato: favole per capire le rabbie infantili
Mondadori, 2015**

La vita di ogni bambino è un alternarsi di momenti sereni e di improvvise tempeste di paura, incertezza e angoscia. Spesso, come adulti, vorremmo intervenire ma ci sentiamo impotenti: mancano le parole giuste per consolare. Alba Marcoli, attraverso una serie di favole che affondano le radici nella realtà clinica e quotidiana, ci aiuta a decodificare questi sentimenti difficili. Senza pretendere di offrire soluzioni magiche o "ricette" pronte all'uso, il libro guida il lettore a riconoscere il dolore infantile e a trovare modalità di ascolto concrete, capaci di lenire le ferite più profonde e restituire un po' di necessaria serenità.

