

Presentazione

Giusi D'Urso e Paola Iacopetti, entrambe mamme prima che biologhe, esperte rispettivamente in nutrizione e in neurobiologia, si rivolgono alle famiglie con bambini, come le loro, per condividere le proprie esperienze e conoscenze nel campo dell'alimentazione e del suo significato sociale.

Protagonisti di questo testo sono il valore del pasto quale momento di convivialità familiare, suggerimenti relativi alle scelte alimentari valutate in base alle conseguenze sia sulla salute che sull'ambiente e le "Ricette golose", tratte dalla esperienza quotidiana delle Autrici. Il tutto con un linguaggio semplice e diretto, tanto che i testi, destinati principalmente ai genitori, possono essere letti insieme ai bambini. Questi ultimi apprezzeranno le filastrocche, educative sì, ma soprattutto dolci e divertenti. Completamente dedicato ai piccoli è invece l'inserito, una storia aperta in cui il bambino è il protagonista e le sue scelte alimentari lo fanno viaggiare da una favola all'altra, alla ricerca dell'equilibrio tra l'uomo e la natura. Attraverso tutto il volumetto si respira simpatia, serenità e aria di casa, cosicché nutrirsi correttamente diviene un'esperienza piacevole, uno dei momenti importanti e gradevoli della giornata in cui facciamo del bene a noi stessi, ai nostri bambini e a Gaia, il nostro caro, vecchio pianeta.