

In edicola da domani

Torna l'Almanacco Barbanera Pillole di psicologia del benessere

FOLIGNO

Da domani sarà in tutte le edicole d'Italia l'Almanacco **Barbanera**, edito per la prima volta a Foligno nel 1762, e da allora quasi ininterrottamente pubblicato fino ad oggi con contenuti sempre rinnovati per interpretare il mondo e la società. L'almanacco, che ha conquistato il titolo dell'Unesco di «Memoria del mondo», Patrimonio documentario dell'Umanità, giunge alla sua 259/a edizione. Come sempre, mese dopo mese, stagione dopo stagione, dispensa curiosità, notizie e suggerimenti per il benessere del corpo e della mente, per la cucina e il tempo libero, per la casa, la famiglia, l'orto e il giardino, per uno stile di vita sostenibile. Passando per il meteo e le feste, i proverbi e i fenomeni celesti, insieme ai



grandi classici come «L'agenda verde», «Star bene con la luna» o «Sapori di stagione». Il **Barbanera** 2021 non poteva poi non trarre insegnamento dall'esperienza della pandemia. Di qui gli appunti per una psicologia del benessere che invita a «coltivare l'ottimismo» anche in questi tempi difficili. Frutto dell'isolamento prodotto dall'emergenza sanitaria è anche la pillola mensile che accompagna ogni ricetta sullo «stare a tavola».

