

PER BAMBINI E RAGAZZI

Marta Dell'Angelo

C'è da perderci la testa: scoprire il cervello giocando con l'arte

GLF editori Laterza, 2009

Quando vediamo su un tavolo qualcosa di rosso, tondo, che ha un buon odore, il nostro cervello unisce le informazioni, cerca nella memoria qualcosa di simile, ci aiuta a riconoscere che quella cosa è una mela, ci stimola ad allungare la mano per prenderla, ad aprire la bocca per morderla e a gustarne il sapore. A partire dalle sensazioni elaborate dal nostro cervello, Marta Dell'Angelo e Ludovica Lumer - un'artista e una neuroscienziata - compiono in queste pagine un viaggio nei complessi meccanismi cerebrali dell'essere umano. Con l'ausilio di immagini, fotografie e collage il libro propone ai lettori un percorso istruttivo e coinvolgente alla scoperta di realtà molto piccole e difficili da vedere, come i neuroni o i neurotrasmettitori, e di realtà astratte come la memoria o la coscienza, trasformate in oggetti più amichevoli, con cui giocare e interagire. Età di lettura: da 9 anni.



Tim Kennington

Questo libro ha un gran cervello: la mente spiegata ai ragazzi

Nord-Sud, 2022

Tutto il giorno, tutti i giorni, usi il supercomputer più potente che ci sia... Ti sei mai chiesto a che velocità viaggiano i tuoi pensieri, cosa succede dentro la tua testa quando dormi o come fa il cervello a dire al resto del corpo cosa fare? Questo tour guidato nel centro di comando di tutti gli esseri viventi saprà soddisfare ogni tua curiosità. Vedrai i cervelli più incredibili degli animali, scoprirai quanto è meravigliosa l'intelligenza umana e troverai divertentissimi esperimenti per imparare tutto su come funziona il tuo cervello. Età di lettura: da 8 anni.



Isabel Minhós Martins, Maria Manuel Pedrosa

Qui dentro: guida alla scoperta della mente

Mondadori, 2018

Come nasce un pensiero? E come funziona il cervello? Come fa a trattenere tutto quanto apprende? Come fa a

emozionarsi, a creare e scegliere, rendendo ciascuno di noi una persona unica e irripetibile? Scritto con l'aiuto di un gruppo di neuroscienziati, filosofi e psicologi, Qui dentro segue l'evoluzione del cervello fin dai primi attimi della sua formazione, mostra come questa incredibile realtà si costruisca con l'aiuto dei sensi e spiega come facciamo a imparare, come prendiamo le decisioni, come agiamo e come miglioriamo unendoci ad altri cervelli. Se è vero che ogni esperienza contribuisce a modellare il nostro cervello, ci auguriamo che questa lettura renda il tuo ancora più curioso, motivato e felice. Età di lettura: da 8 anni.

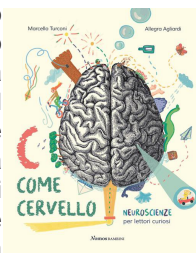


Marcello Turconi, Allegra Agliardi

C come cervello: neuroscienze per lettori curiosi

Nomos bambini, 2021

Un viaggio alla scoperta di questo affascinante quanto fondamentale organo del corpo umano, responsabile di tutto, ma proprio tutto quello che ci accade: dal movimento alle percezioni sensoriali, dalle emozioni ai rapporti sociali, dalla memoria all'apprendimento... Grazie alle tavole di Allegra Agliardi e al linguaggio semplice e divertente di Marcello Turconi, prende vita una sorprendente "città" tutta da esplorare, con i suoi abitanti, le sue strutture e il suo funzionamento. Età di lettura: da 7 anni.



*Ogni anno a marzo si celebra in tutto il mondo la **Settimana del Cervello - Brain Awareness Week**, una campagna mondiale di sensibilizzazione dell'opinione pubblica nata con lo scopo di diffondere le conoscenze sui progressi e i benefici della ricerca scientifica sul cervello.*

Fondazione Zoé aderisce alla campagna con una serie di incontri, video, esercizi di brain training e una rubrica quotidiana, in collaborazione con la biblioteca Bertoliana.

Per questa edizione della Settimana del Cervello, l'Ufficio Consulenza della biblioteca Bertoliana ha predisposto una bibliografia selezionata dal catalogo della Rete provinciale Vicentina. Cliccando sul titolo del libro (nella versione online) si potrà effettuare direttamente la prenotazione.

*A cura dell'Ufficio Consulenza 0444578203
consulenza.bertoliana@comune.vicenza.it*



ISTITUZIONE PUBBLICA CULTURALE
BIBLIOTECA CIVICA
BERTOLIANA



SETTIMANA DEL CERVELLO

18/19 MARZO 2023

Vicenza

PERCORSO DI LETTURA

Carol Coricelli, Sofia Erica Rossi
Guida per cervelli affamati: perché da bambini odiamo le verdure e altri misteri neurogastronomici
Il saggiatore, 2021

Fish and chips è più buono se mentre ci unge le mani ascoltiamo i Beatles. Un'insalata è più gustosa se servita con un impiattamento ispirato a Kandinskij. Il calice di vino a 45 euro ci sembra migliore dello stesso vino pagato 5 euro. Mangiamo perché dobbiamo nutrirci, ma non solo: il cibo più che di pancia è una questione di cervello. Carol Coricelli e Sofia Erica Rossi ci spiegano perché mangiamo quel che mangiamo e come ci siamo evoluti dalla raccolta delle bacche ai piatti molecolari, perché il suono che fanno le patatine sotto i nostri denti ci dà un piacere tanto intenso e la paura degli insetti ci fa provare disgusto di fronte a uno stufato di cavallette (anche se sappiamo che mangiarlo regolarmente farebbe molto bene al nostro pianeta). E soprattutto come mai, anche se la pancia è piena, c'è sempre posto per il dolce. dolce.



Gianfranco Denes
La mente di Pinocchio. Neuroscienze fra memoria, bugie e fake news
Il Pensiero Scientifico, 2022

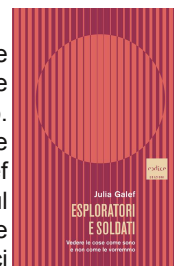
Quali sono i processi sottostanti alla produzione di una bugia? Quando si formano le capacità cognitive che permettono ai bambini di cominciare a dire le bugie? Quali sono le tecniche per distinguere se siamo di fronte a un bugiardo o meno? Gianfranco Denes, neuropsicologo e neurolinguista, con questo libro ci offre un'affascinante excursus fra i meccanismi neurali e cognitivi che stanno alla base del mentire.



Illustra anche i metodi clinici e strumentali usati per riconoscere una bugia, la loro validità e soprattutto i loro limiti. L'ultima parte del volume è dedicata allo studio della natura e delle basi anatomiche delle bugie in buona fede, delle confabulazioni e dei falsi riconoscimenti presenti nel linguaggio e nel comportamento di pazienti con deficit di memoria conseguenti a un danno cerebrale. Un testo rivolto a psicologi e neurologi, ma anche a un pubblico non specialistico, interessato a comprendere le basi anatomiche e funzionali dei processi mentali.

Julia Galef
Esploratori e soldati: vedere le cose come sono e non come le vorremmo
Codice, 2022

Gli esseri umani tendono a vedere quello che vogliono vedere e a difendere a tutti i costi le proprie convinzioni: è la mentalità da soldato. Che forse ci conforta, ma non ci fa comprendere lucidamente il mondo. In questo libro Julia Galef ci presenta un altro approccio, incentrato sul vedere le cose come sono e non come le vorremmo: una mentalità da esploratore che ci spinge a uscire dalle nostre zone di comfort, sondare il territorio e tornare con una mappa il più accurata possibile, a prescindere da ciò che si spera di trovare. Galef spiega perché i nostri cervelli ci ingannano e fornisce consigli pratici per individuare i nostri punti deboli, mettendo in discussione ciò che davamo per scontato e allenandoci a elaborare la realtà nel modo più accurato possibile.



Michela Matteoli
Il talento del cervello: 10 lezioni facili di neuroscienze
Sonzogno, 2022

Il cervello è l'organo in grado di invecchiare meno di tutti gli altri. Prendercene cura è la nostra unica opportunità di estendere la giovinezza, di assaporare a lungo la vita e di salvaguardare allo stesso tempo la salute del corpo. In dieci lezioni facili di neuroscienze l'autrice guida i lettori alla scoperta delle grandi potenzialità della nostra mente, ma anche del nemico principale del sistema nervoso: l'infiammazione cronica, che provoca invecchiamento precoce e innesca patologie come l'Alzheimer, il Parkinson e la depressione. Gli scienziati sono concentrati nella ricerca di metodi che contrastino la neuroinfiammazione. Per prevenire e rallentare i suoi danni, è possibile adottare protocolli di prevenzione, com'è quello dell'Istituto di Neuroscienze del CNR, diretto da Matteoli. "Il talento del cervello" vuole essere un percorso per comprendere alcune delle funzioni cerebrali più straordinarie e per indicare a tutti come adottare le strategie che preservano le capacità cognitive, dall'alimentazione al relax.



John Medina
Il cervello al lavoro: istruzioni per pensare meglio in ufficio e a casa
Bollati Boringhieri, 2022

E se il posto di lavoro fosse costruito su misura per il cervello, come un guanto è fatto su misura per una mano? Come

sarebbero le sedi lavorative se la logica del profitto prendesse sul serio la logica della funzione cerebrale? Quale ambiente favorirebbe al meglio la creatività, la produttività e la semplice capacità di fare le cose? L'obiettivo di John Medina è rispondere a domande del genere: capire come il modo in cui l'applicazione delle neuroscienze può migliorare la produttività. Queste informazioni sono rilevanti sia che lavoriate nella sede della vostra azienda sia nello spazio confortevole di casa. Scopriremo perché ci sentiamo così stanchi dopo le riunioni su Zoom, vedremo cosa possiamo fare al nostro ufficio per essere più sereni, evitare conflitti ed essere più creativi. Esamineremo i principi delle neuroscienze cognitive che sono alla base del lavoro di squadra e scopriremo i modi più efficaci per strutturare le nostre presentazioni. Verificheremo i vantaggi del lavoro agile (economici per le aziende e un più equilibrato stile di vita per i lavoratori), sapremo riconoscere lo stile di gestione dei nostri capi e disinnescarne i difetti.



Massimo Polidoro
Pensa come uno scienziato: come coltivare l'arte del dubbio
Piemme, 2021

«Il problema dell'umanità» scriveva Bertrand Russell «è che gli stupidi sono sempre sicurissimi, mentre gli intelligenti sono pieni di dubbi.» Pensare come scienziati significa sì coltivare dubbi, ma anche andare alla ricerca di prove che possano dimostrare (o confutare) ciò che pensiamo. Si insegnano le scienze, la fisica, la chimica, la biologia, ma si dà poco spazio al metodo della scienza, alla sua etica, alla sua filosofia e alla sua cultura. Le nozioni finiscono presto o tardi per essere dimenticate: se si impara come funziona il metodo scientifico, invece, si influenza stabilmente il modo di pensare e di affrontare la realtà. Un approccio utile nel corso di tutta la vita che contribuisce al radicarsi dello spirito democratico. L'autore, con uno stile sempre originale e accessibile, ci aiuta a decifrare il mondo di oggi, costellato da miriadi di informazioni, vere e false, svelando le trappole cognitive che spesso ci fanno credere cose infondate e fornendoci gli strumenti per "pensare bene". Per difenderci dalle fake news e dalla disinformazione, per continuare a crescere come cittadini e per diventare dei "liberi dubitanti" consapevoli e responsabili.

