



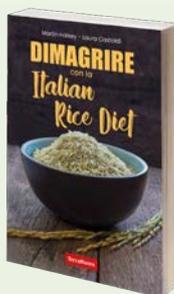
# i libri di TerraNuova

## i nostri best seller



### Questa non me la mangio

Questo libro aiuta a fare chiarezza sui tanti interrogativi che arrivano sulle nostre tavole ancor prima degli alimenti.  
di Silvia Petruzzelli  
pp. 268 - € 16,50



### Dimagrire con la Italian Rice Diet

Un programma alimentare che ha l'obiettivo di favorire una rapida perdita di peso alzando lo standard di benessere generale dell'organismo.  
di M. Halsey e L. Castoldi  
pp. 288 - € 16,50



### Ginnastica hipopressiva per il pavimento pelvico

Un manuale pratico per migliorare la salute della donna e imparare esercizi di ginnastica hipopressiva da fare in casa.  
di Silvia Della Casa  
pp. 168 - € 14,50



### Sesso è una parola buffa

Un fumetto che affronta in modo delicato il tema del sesso, delle trasformazioni del corpo, delle emozioni e dei desideri. Un invito a conoscere e al rispetto.  
di Cory Silverberg  
pp. 160 - € 18,00



### Bimbi Offline

Un libro che dovrebbe leggere tutti i genitori, per far vivere una vera infanzia ai propri figli.  
di K. Johnson Martinko  
pp. 192 - € 16,50



### Pedagogia del bosco

Una guida completa che illustra i presupposti pedagogici e gli aspetti pratici dell'educazione in natura.  
di Selima Negro  
pp. 302 - € 15,00



### Tiziano Terzani contro la guerra

Il libro ripercorre le tappe intellettuali ed esperienziali del grande giornalista-scrittore. Un saggio che dimostra l'attualità del pensiero di Terzani a vent'anni dalla sua scomparsa.  
di Gloria Germani  
pp. 256 - € 16,50



### Fare pace con se stessi

Guarire il bambino interiore, trasformando le ferite e il dolore dell'infanzia in forza e consapevolezza.  
di Thich Nhat Hanh  
pp. 192 - € 16,00



### Perché fermare i nuovi OGM

Un libro che difende le ragioni della prudenza di fronte ai rischi ambientali, di sicurezza alimentare e di brevetto del vivente. Un appello a lottare per il diritto al cibo e la sovranità alimentare.  
di S. Mori, F. Piani  
pp. 144 - € 12,00

## Best Seller



### L'unico mondo che abbiamo

Questo libro guida verso una pratica quotidiana di ascolto profondo, da accompagnare a gesti consapevoli che uniscono ambientalismo e crescita interiore.  
di Thich Nhat Hanh  
pp. 200 - € 13,00



### Pratiche di consapevolezza

Antologia essenziale di meditazioni per vivere il momento presente con gioia e felicità. Una raccolta preziosa e unica di esercizi e pratiche di meditazione.  
di Thich Nhat Hanh  
pp. 208 - € 16,50



### Camminare in consapevolezza

Il grande maestro zen insegna a camminare con lentezza e consapevolezza ed esprimere gratitudine alla vita.  
di Thich Nhat Hanh  
pp. 128 - € 12,00



### Le malattie autoimmuni

Come prevenire malattie che stanno diventando un problema di salute pubblica a causa della loro grande diffusione.  
di Paolo Giordo  
pp. 156 - € 15,00



### Le verità nascoste della VITAMINA C

Il libro svela le preziose proprietà di questa vitamina, che può essere impiegata contro malattie vascolari, cancro, infezioni virali e batteriche, infiammazioni.  
di Paolo Giordo  
pp. 160 - € 13,00



### Vitamina D

Un aiuto per contrastare e prevenire malattie autoimmuni, cardiovascolari, infiammatorie e anche una semplice influenza.  
di Paolo Giordo  
pp. 128 - € 12,50



### Denti e salute

La dentosofia è una terapia dentistica rivoluzionaria e innovativa, che presenta un legame affascinante tra denti, corpo e psiche.  
di Michel Montaud  
pp. 200 - € 16,50



### Vedere senza sforzo

Meditazione visiva. Il metodo innovativo che restituisce alla mente la naturale attitudine a guardare in modo nitido.  
di Giorgio Ferrario  
pp. 154 - € 16,50



### Cucina che cura

Consigli e ricette per rafforzare il sistema immunitario e contrastare i disturbi più comuni.  
di Martin Halsey  
pp. 280 - € 23,00



### Vivere senza bollette

Guida pratica per trasformare la propria casa in una risorsa, migliorando l'efficienza energetica e idrica.  
di Alessandro Ronca  
pp. 256 - € 16,00



### Psicosophia

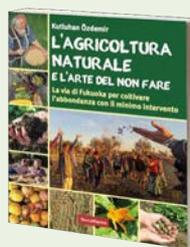
Il libro che guarda al presente e propone una visione del futuro incentrata su un rinnovato senso di comunità e di salute.  
di M. Forghieri, B. Tangocci  
pp. 292 - € 16,00



### Sono arrabbiato

Un libro per bambini che invita a sedersi accanto alla propria rabbia e a trasformarla seguendo gli insegnamenti di Thich Nhat Hanh.  
di Gail Silver  
pp. 40 - € 14,00

# Coltivare secondo natura



## L'agricoltura naturale e l'arte del non fare

Un manuale per dare nuovo impulso agli insegnamenti di Fukuoka, grazie alla sapienza di Kutluhan Özdemir e della rete di agricoltori che collaborano con lui.

di Kutluhan Özdemir  
pp. 264 - € 24,00



## Calendario dei lavori agricoli 2025

Calendario che evidenzia per ogni giorno dell'anno, gli influssi della Luna e degli altri astri sui lavori agricoli e non solo.

di di Pierre e Vincent Masson  
pp. 32 - € 12,00



## Il prato è in tavola

Gli usi medicinali e gastronomici di 80 piante selvatiche commestibili. Un volume a colori, con 40 ricette illustrate.

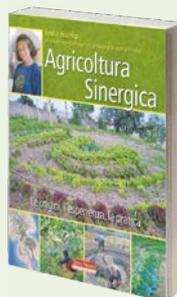
di Dafne Chanaz  
pp. 280 - € 28,00



## L'orto autoirrigante

Vuoi continuare a coltivare le tue verdure nonostante la siccità? Questo manuale spiega come fare, sul balcone o nell'orto, adottando alcune semplici tecniche alla portata di tutti.

di P. Ermani e A. Ronca  
pp. 156 - € 16,50



## Agricoltura sinergica

Fare un orto sinergico dove far crescere ortaggi e fiori in una sinergia di consociazioni che accrescono la produzione e la fertilità del terreno.

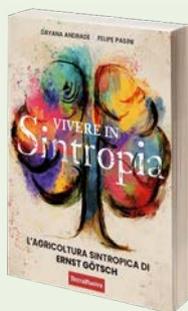
di Emilia Hazelip e la Libera scuola di agricoltura sinergica «Emilia Hazelip»  
pp. 234 - € 20,00



## Introduzione alla permacultura

Scritto da Bill Mollison l'ideatore della permacultura, raccoglie i principi e l'esperienza pratica di migliaia di persone che nutrono con la loro esperienza l'Accademia di permacultura presente in diversi paesi tra cui l'Italia.

di R.M. Slay, B. Mollison  
pp. 240 - € 22,00



## Vivere in sintropia

Un libro imperdibile per comprendere la necessità di un approccio "collaborativo" alla vita e le sue applicazioni in agricoltura e non solo.

di D. Andrade, F. Pasini  
pp. 256 - € 21,00



## L'orto senza sforzo

Un'introduzione all'agricoltura naturale fondata da Kawaguchi Yoshikazu. Un metodo per risparmiare tempo, denaro e fatica, producendo ortaggi sani e buoni.

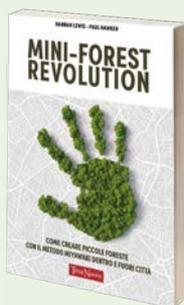
di Yoshikazu Kawaguchi  
pp. 148 - € 18,00



## Raccogliere l'acqua piovana

Un manuale pratico per affrontare la crisi idrica, con un sistema di raccolta della pioggia semplice ed economico da realizzare, senza scavi o lavori di edilizia.

di Renee Dang  
pp. 160 - € 16,50



## Mini-Forest Revolution

Tutti i benefici del metodo Miyawaki, tra cui il raffreddamento delle isole di calore urbane, la creazione di corridoi per la fauna selvatica, la salute del suolo e altro ancora.

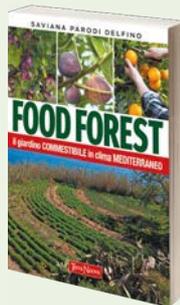
di Hannah Lewis  
pp. 224 - € 16,50



## Orto biodinamico familiare

Il primo manuale pratico in Italia sull'applicazione del metodo biodinamico per la coltivazione di piccoli spazi.

di D. Ricci e W. Scheibe  
pp. 192 - € 18,00



## Food Forest

La food forest è la nuova frontiera del biologico. Questo libro è un'utilissima guida pratica che insegna come adattarla al nostro clima.

di Saviana Parodi Delfino  
pp. 200 - € 18,00

# Coltivare secondo natura



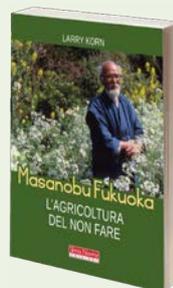
**L'orto rialzato**  
*Il primo manuale completo per realizzare un orto rialzato su cassoni, in giardino o sul terrazzo di casa.*

di H. Harazim, R. Hudak  
 pp. 160 - € 20,00



**Risparmiare acqua nell'orto**  
*Consigli per affrontare le estati sempre più calde che mettono alla prova la coltivazione dell'orto. Un libro per tutti coloro che cercano idee per trattenere l'acqua nel terreno.*

di Jean-Yves Meignen  
 pp. 112 - € 14,50



**Masanobu Fukuoka. L'agricoltura del non fare**  
*La vita e la filosofia di colui che ha rivoluzionato il nostro rapporto con la natura e l'agricoltura.*

di Larry Korn  
 pp. 276 - € 15,00



**Coltivare bio con successo**  
*Manuale pratico per coltivare biologico e creare reddito, posti di lavoro e un sistema economico locale virtuoso, a partire da un investimento iniziale ridotto.*

di Jean-Martin Fortier  
 pp. 240 - € 18,00



**Orticoltura bio-intensiva su piccola scala**  
*Una rassegna del Metodo Fortier in Italia e in altri paesi europei. I trucchi per avviare o trasformare la propria azienda in una redditizia impresa sostenibile.*

di J. M. Fortier, A. Sécheret  
 pp. 160 - € 20,00



**Orticoltura biologica da reddito**  
*Un libro rivolto agli agricoltori professionisti e ai «nuovi» contadini, giovani che scelgono il lavoro agricolo come fonte di reddito.*

di Alessio Capezzuoli  
 pp. 264 - € 24,00



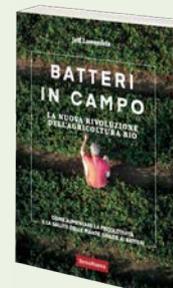
**Agricoltura Organica e Rigenerativa**  
*Oltre il biologico: le idee, gli strumenti e le pratiche per un'agricoltura di qualità. Un viaggio nell'Agricoltura Organica Rigenerativa in Italia.*

di Matteo Mancini  
 pp. 160 - € 18,00



**Guida ai preparati e ai fermentati microbici**  
*L'unico manuale italiano per nutrire il suolo senza fertilizzanti chimici, migliorare la resistenza ai parassiti e alle malattie, aumentare la resa delle coltivazioni.*

di Nigel Palmer  
 pp. 256 - € 24,00



**Batteri in campo**  
*Come aumentare la produttività e la salute delle piante grazie ai batteri*

di Jeff Lowenfels  
 pp. 208 - € 18,00



**Galline felici in permacultura**  
*Un manuale pratico, rivolto ad allevamenti professionali e familiari, che suggerisce un nuovo modello di allevamento e gestione delle galline.*

di A. Minchio e P. Venezia  
 pp. 292 - € 18,50



**Apicoltura biodinamica**  
*Il primo manuale scritto da un'equipe internazionale formata da apicoltori, scienziati e formatori.*

di AA.VV.  
 pp. 180 - € 20,00

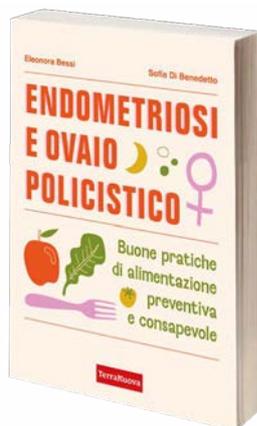


**Apicoltura senza trattamenti**  
*I successi di chi è riuscito a salvare dalla varroa le proprie colonie di api, senza l'uso di prodotti chimici. Con 30 testimonianze di apicoltori.*

di David Heaf  
 pp. 160 - € 16,50

# N

## Nuove uscite



### Endometriosi e ovaio policistico

*Buone pratiche di alimentazione preventiva e consapevole*

*Un libro che mette al centro la salute delle donne e due malattie femminili sempre più diffuse.*

di Eleonora Bessi, Sofia Di Benedetto  
pp. 228 - € 16,50



di Eleonora Bessi, Sofia Di Benedetto  
pp. 228 - € 16,50



### Homeschooling

*Una scelta consapevole oltre gli slogan*

*Un libro che decostruisce gli stereotipi e spiega che cos'è veramente l'educazione familiare, fornendo gli strumenti per praticarla*

di Sergio Leali  
pp. 286 - € 18,00



### Riscoprire lo stile di vita originario

*Un invito a ritrovare le nostre radici di mammiferi in sintonia con l'ecosistema che ci ospita, per ricostruire la salute individuale e collettiva.*

di Ivana Arena  
pp. 224 - € 16,00



### Ridurre l'inquinamento elettromagnetico in casa

*Guida pratica per misurare e ridurre l'inquinamento elettromagnetico negli ambienti domestici.*

di Alain Richard  
pp. 128 - € 15,00



di Alain Richard  
pp. 128 - € 15,00

# N

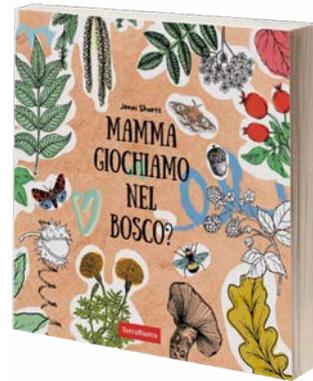
## Nuove uscite



### Donne che esplorano il divino

Le voci di nove maestre di diverse tradizioni religiose si interrogano sull'esistenza di una spiritualità al femminile.

di Erica Bassani  
pp. 208 - € 18,00

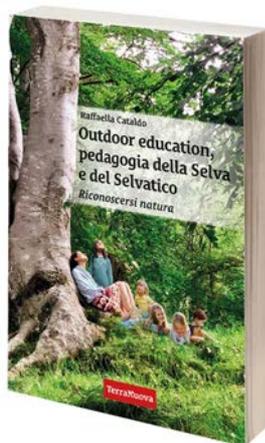


### Mamma giochiamo nel bosco?

Buone pratiche di alimentazione preventiva e consapevole

Un libro da colorare ricco di informazioni sul bosco e gli animali che lo abitano! 19 attività per imparare e giocare nella natura

di Jenni Shortt pp. 80 - € 14,00



### Outdoor education, pedagogia della selva e del selvatico

Una guida pratica per educatori, insegnanti, genitori e per chi vuole crescere nella consapevolezza di sé

di Raffaella Cataldo pp. 252 - € 16,50



### Microbiota e salute della donna

Ristabilire l'equilibrio del microbiota intestinale per prevenire e curare in modo naturale cistiti, candida e infezioni vaginali

Una guida pratica e un invito a prendere il controllo della propria salute, per prevenire e curare in modo naturale infezioni urinarie e vaginali

di Roger Panteri  
pp. 192 - € 18,00



# N

## Nuove uscite



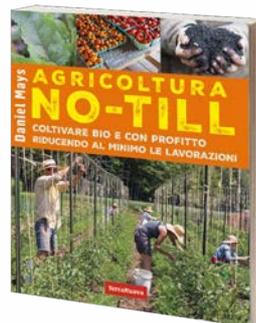
### Il manuale del suolo vivente

La guida NO-TILL per coltivare senza arare



Opzioni, materiali e pratiche sperimentate sul campo per ispirare i coltivatori a progettare un sistema no-till che nutra il suolo nel proprio ecosistema agricolo.

di Jesse Frost pp. 256 - € 24,00



### Agricoltura NO-TILL

Coltivare bio e con profitto riducendo al minimo le lavorazioni

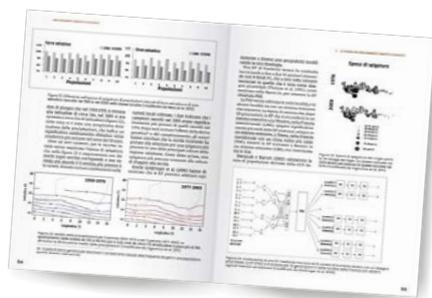
Questa guida pratica accompagna l'agricoltore dalla scelta del terreno alla vendita dei prodotti, mettendo al centro il rispetto del suolo e di chi lo lavora.

di Daniel Mays pp. 240 - €24,00



### Miglioramento genetico evolutivo: una guida per agricoltori

I vantaggi e i diversi metodi per produrre i propri semi e gestire le popolazioni evolutive



L'aiuto della genetica a favore degli agricoltori per sviluppare nuove specie in grado di sopravvivere al cambiamento climatico

di Salvatore Ceccarelli, Stefania Grandi pp. 152 - € 20,00



### In difesa dei contadini

Un manifesto che invita a lottare a fianco di chi la terra la lavora nel segno della sostenibilità sociale e ambientale, in difesa dei diritti, dei mercati contadini e della sovranità alimentare.

di Antonio Onorati pp. 188 - € 13,00

# N

## Nuove uscite



### Gli attrezzi giusti per l'orto bio

Jean-Martin Fortier guida alla scelta e all'utilizzo dei giusti attrezzi, fondamentali per il successo dell'orto o di un'azienda bio.

di Jean-Martin Fortier  
pp. 128 - € 15,00



### Microrganismi effettivi (EM) in agricoltura

Una guida pratica che illustra come usare gli EM per avere un suolo più fertile e raccolti più sani.

di Vanni Ficola  
pp. 256 - € 22,00



### Fiori bio

Manuale per la coltivazione sostenibile di fiori da reciso

Il primo manuale in Italia per creare una flower farm bio su piccola scala.

di Mara Zambelli  
pp. 224 - € 24,00

**La rivista e i libri di Terra Nuova**  
si trovano anche in libreria e nei negozi del circuito  
[negoziobio.info](http://negoziobio.info)

Se hai difficoltà a reperirli, contattaci:  
055 3215729 int. 1 - [libri@terranuova.it](mailto:libri@terranuova.it)



**TerraNuova**