

Il segnalibro di



LIBER LIBER



LETTURA IDEE BUDDISMO ECOLOGIA RISATE –
REALTÀ BIZZARRA ILLUSIONE



SEGUICI SU
FACEBOOK

Diventa fan

leggi anche i post e clicca “mi piace”!

8 MARZO Festa della donna?



La mimosa fa piacere, ma molto di più il rispetto, l'osservanza delle leggi, la possibilità e libertà - in tutto il mondo - di studiare, di vivere, di lavorare senza essere sfruttate, di non essere sottoposte a stalking, a mutilazioni o venire uccise solo perché donne.



MUTILAZIONI GENITALI FEMMINILI

Ogni anno circa tre milioni di bambine sono vittime di queste terribili pratiche. Il grave problema è ormai presente anche nei paesi europei, a causa del fenomeno dell'immigrazione. Cosa sono, quali danni creano? Cosa possiamo fare per aiutare le donne che ...[Continua a leggere](#)→

STOP ALLO STALKING (ATTI PERSECUTORI)



Stalking è un termine inglese che letteralmente significa “fare la posta” e indica a una serie di comportamenti che sono considerati atti persecutori – quindi reato – intesi come molestie e/o minacce ripetute, tali da turbare le normali condizioni di ...[Continua a leggere](#)→

IL PARTO SEGRETO

TUTTE LE DONNE CHE ASPETTANO UN BAMBINO, nubili o sposate, straniere con il permesso di soggiorno o clandestine, HANNO LA GARANZIA DI PARTORIRE NEL PIÙ ASSOLUTO SEGRETO, senza dare il proprio nome, IN QUALUNQUE OSPEDALE e di poter dare in adozione immediata

[Continua a leggere](#)→

IL RAPPORTO DI UNWOMEN: “PROGRESSO NEL MONDO DELLE DONNE: ALLA RICERCA DI GIUSTIZIA”

Che cos'è UN Women? UN Women è una nuova entità delle Nazioni Unite, sorta il 2 luglio 2010 per l'Uguaglianza di Genere e la valorizzazione delle donne, ufficialmente operativa dal 1 gennaio 2011. [Continua a leggere](#)→



IN ITALIA NEL 2012 OLTRE 120 DONNE SONO STATE UCCISE, SOLO PERCHÉ DONNE.

Commenta sul sito o su Facebook!

RICONOSCI LA VIOLENZA

Potete scaricare i 7 poster della campagna, dal sito www.riconosclaviolenza.it



Altri articoli del sito:

ANIMALI INVESTITI: LE REGOLE DEL CODICE DELLA STRADA

Le recenti norme del Codice della strada tutelano tutti gli animali: nel caso si investa un animale bisogna fermarsi e avvisare le Autorità [Continua a leggere](#) →

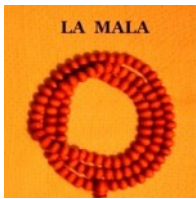


INQUINAMENTO DA FARMACI E ABUSO DI ANTIBIOTICI

I farmaci usati in modo eccessivo o scorretto creano problemi di salute pubblica e inquinamento ambientale. Già dal 2004 l'Organizzazione Mondiale della Sanità rilevava che nel mondo circa la metà degli antibiotici viene prescritta in maniera non rigorosa, e che ... [Continua a leggere](#)→

TESTI BUDDHISTI

Abbiamo completato la **TRADUZIONE DI 50 RACCONTI** dalla raccolta **RACCONTI BUDDHISTI: JATAKA**



Proponiamo alcuni testi: *Lodi alle 21 Tara*, illustrato;

La *mala*; un piccolo manuale su che cos'è, come si usa, come è fatta

“*Mettere semi nel cuore*”: la pratica della gentilezza amorevole;

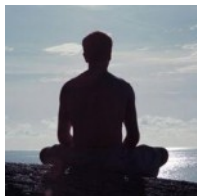
Il Sigalovada sutta raccontato per immagini;

Il Sutra delle otto realizzazioni dei grandi esseri; [Continua a leggere](#)→

ATTADANDA SUTTA: IMPUGNARE IL BASTONE DELLA VIOLENZA L'unica traduzione in italiano dal canone cinese, realizzata da Nazarena Fazzari, di un breve e poetico sutra, ricco di insegnamenti, che spiega come la violenza sia una conseguenza della paura e insegna a “non lasciarsi intrappolare dai vari lacci del mondo”. Occorre liberarsi dalla paura, dalla brama e dagli altri veleni della mente per arrivare alla saggezza.

COME SCRIVERE I MANTRA IN TIBETANO

Spesso chi ha iniziato da poco tempo a frequentare un centro di Dharma di tradizione Vajrayana, è incuriosito dalle scritte in tibetano su libri, immagini e oggetti. Sul sito potete trovare un piccolo manuale, diviso in tre parti, per imparare a scrivere i più noti mantra nella lingua tibetana.



MEDITAZIONE E SALUTE

Un testo sotto forma di presentazione in PDF che spiega come la meditazione influisca positivamente sulla salute di chi la pratica. Vi sono benefici effetti sul sistema cardiocircolatorio (ad es. nella prevenzione e nel trattamento delle malattie coronariche negli ipertesi), ... [Continua a leggere](#)→

PREVENZIONE CONTRO IL CANCRO

Ogni anno più di 12 milioni di persone si ammalano di tumore e 7,6 milioni muoiono di questa malattia. Se non si prenderanno iniziative concrete si arriverà a 26 milioni di nuovi casi – sostiene l'UICC (Unione Internazionale Contro il Cancro) – e a 17 milioni di morti entro il 2030, soprattutto nei Paesi in via di sviluppo.

La **prevenzione** rimane lo strumento più efficace per combattere i tumori, per vivere bene e più a lungo; oltre a **sottoporsi a periodici controlli medici**, vi sono poche semplici regole che potrebbero impedire di ammalarsi in quattro casi su dieci: [Continua a leggere](#)

LE 5 regole per prevenire il cancro

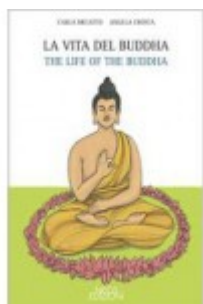
- mantenere un peso adeguato, attraverso un'alimentazione sana e un esercizio fisico regolare 
- evitare il tabacco e l'esposizione al fumo passivo 
- limitare il consumo di alcol 
- esporsi ai raggi solari con moderazione e utilizzare creme protettive 
- proteggersi dalle infezioni che sono responsabili del 20 % di tutti i tumori nei Paesi in via di sviluppo e del 6 % dei casi nei Paesi sviluppati.

PER I BAMBINI:

COLORARE E DISEGNARE - PIEGARE

Proponiamo varie attività per “imparare divertendosi”: si possono creare anche splendidi modelli di oggetti, animali, figure, fiori, scatole, paesaggi ecc. non solo utilizzando le tecniche dei papercraft (vedi nella sezione **Ritagliare**), ma anche **SENZA FORBICI E SENZA COLLA, SOLO PIEGANDO LA CARTA: questo è l'ORIGAMI**, una parola giapponese che significa “piegare la carta”. Ecco un testo che presenta molti giochi e passatempi che possono essere realizzati con l'origami. Scarica il PDF: **ORIGIOCHI**

Nella sezione “colorare e disegnare” ci sono molti testi da colorare: ad esempio: **COLORA LA VITA DEL BUDDHA**: un album da colorare in cui sono disegnati episodi della vita del Buddha. Ogni tavola, con disegni originali appositamente realizzati, è corredata di alcune domande. Se i ragazzi non sanno rispondere perché non ricordano (o non conoscono) la storia possono cercare le risposte alla fine del testo. Oppure potrebbero acquistare dalla casa editrice **NEOS EDIZIONI** con lo sconto del 15% e



LEGGERE:

“LA VITA DEL BUDDHA / THE LIFE OF THE BUDDHA” libro per ragazzi

Con un linguaggio semplice e di facile comprensione, racconta ai giovani le vicende della vita del Buddha, storie che appartengono ad una cultura lontana nel tempo e nello spazio rispetto alla nostra, occidentale e odierna, ma ricca di saggezza e ...

[Continua a leggere→](#)

LEGGI I LIBRI DI FAVOLE E RACCONTI, CHE TROVI NELLA CATEGORIA PER BAMBINI : **Leggere**
E I ROMANZI E RACCONTI DELLA SEZIONE: **RAGAZZI**



I DIRITTI DEI BAMBINI IN PAROLE SEMPLICI

Una versione per i bambini, semplificata e illustrata a cura dell'UNICEF, della Convenzione ONU dei diritti dell'infanzia da scaricare in PDF: [Diritti_dei_bambini_in_parole_semplici](#)

Ricorda che il 114 è un numero d'emergenza gratuito, promosso dal Dipartimento per le Pari Opportunità e gestito da Telefono Azzurro, al quale chiunque, bambino, adolescente o adulto, può rivolgersi



CONTATTACI

Aiutaci a rendere migliore il sito www.liber-rebil.it

Scrivici per esprimere commenti, suggerimenti e critiche. E-mail: info@liber-rebil.it

Ti ringraziamo e ti risponderemo al più presto.

Informativa ai sensi dell'art. 10 della Legge 675/96: questa comunicazione viene inviata agli indirizzi mail delle persone che ce lo hanno richiesto; tali indirizzi sono trattati nel rispetto del Codice in materia di protezione dei dati personali (D.lgs. 30/06/2003 n. 196).

Nel caso di errore, o se non fossi più interessato a riceverla, scrivici a : info@liber-rebil.it con oggetto “CANCELLAMI”.

Informativa ai sensi della Legge 62/2001: questa comunicazione viene inviata senza fissa periodicità e soltanto quando vogliamo segnalare che è stato inserito nel sito nuovo materiale che possa essere di tuo interesse. Questa comunicazione non può essere considerata un “prodotto editoriale” in quanto gratuita e non pubblicata in forma cartacea.

FEBBRAIO 2013