

A photograph of three children sitting in a grassy field. The child in the center is wearing a blue hat and is reading a book. The child on the left is wearing an orange hat and is looking towards the center. The child on the right is also wearing an orange hat and is looking towards the center. There are sheep in the background.

MOMENTO LETTURA

dal corso gratuito

AUTRICE AUTORI INDIPENDENTI

del

IL POTERE DELL'ECCELLENZAblog

Arte Cultura Sport a cura Edda Cacchioni

PERCHE' LEGGERE DI PIU'

Perché leggere di più

Imparare a leggere richiede impegno e tempo, normalmente l'apprendimento della lettura oggi giorno avviene intorno ai cinque sei anni mentre contare in qualità di gioco anche prima.

Il cervello attiva le sue aree in base alla parola che può essere anche straniera. Per esempio se dobbiamo leggere la parola "gatto" l'area posteriore del cervello analizza la parola mentre l'emisfero sinistro riconosce le lettere e le sillabe e infine la parola.

Dopodiché il cervello nell'area occipitale temporale associa la parola al suo significato "gatto". L'area parietale identifica i suoni per poi spostarsi nell'area frontale. Con una lingua straniera ergo la regione occipitale temporale non si attiva a meno che si conosca la determinata lingua straniera.

Benefici della lettura

- a) insegna a scegliere le idee altrui
- b) gli autori e autrici diventano amici del lettore
- c) rende unici allontanando l'influenza ambientale non sempre salubre
- d) rende più intelligenti perché nel cervello si attivano molte aree
- e) ritarda e allieva ogni forma di malattia compresa la depressione
- f) mantiene giovane la mente in quanto la lettura è la palestra del cervello

Malattie e Lettura

Le malattie del cervello sono molte ed elencarle non gioverebbe alle nostre emozioni. Ci tengo a puntualizzare che leggere tanto ci avvicina a tutte e tutti i milionari del mondo perché la lettura rende Leader cioè? Offre l'opportunità di essere informati ergo anche più preparati professionalmente quindi maggior sicurezza. Un linguaggio più scorrevole e sempre attuale. Ben esprimersi è importante.

Perché leggere? Leggere è un'esperienza che arricchisce, aiuta a percepire il mondo diversamente. Mentre si legge si ha l'occasione di immedesimarsi nelle sensazioni nelle emozioni delle autrici e autori preferiti e anche in antipatia.



4 Tecniche di consolidamento all'abitudine di leggere

Leggere è una storia infinita, una relazione che si crea con l'autore e se stessi. Attraverso un libro capiamo del perché di certe azioni, ci analizziamo ci confrontiamo con l'autore e a volte facciamo parte della storia raccontata, ne siamo coinvolti al punto da prendere il posto del personaggio

Ogni lettore ricava dal libro un arricchimento che proviene dall'esperienza dell'altro.

Come hai potuto notare, leggendo l'articolo aggiuntivo informativo Leggere ti aiuta a evitare malattie (se non lo hai fatto ti invito a farlo) leggere attiva molte aree cerebrali, la lettura è l'allenamento del cervello come lo sport per il corpo, previene molte malattie e ne ritarda l'invecchiamento. Leggere stimola la creatività tenendoti sempre aggiornato ergo un miglioramento quotidiano anche nella tua professione. Certamente vien da se che quello che si legge è importante proprio come ciò che si guarda. Quindi scegli bene il tuo libro.

Vediamo insieme quali sono le 4 tecniche per non riuscire a stare più senza leggere.

Le tecniche da me usate

- 1** stabilire il giorno di inizio e organizzare un calendario settimanale, per esempio <<leggo il martedì e giovedì>>
- 2** scegliere 5 libri da leggere e appoggiarli sul tavolo in piena visibilità
- 3** il martedì e giovedì (esempio) all'orario scelto da te prendi uno dei cinque libri e leggi una ventina di pagine, qualcuna in più se riesci. Continua per tutto il mese.
- 4** quando stai per leggere il quarto libro scegline altri cinque. Se non ti piace un testo cambialo e vai oltre.

L'arte la Cultura lo Sport come stile di vita

A questo punto credo che tu riesca a leggere molte più pagine di quando avevi iniziato ergo continua. Di solito si leggono quattrocento parole al minuto e su questa base potresti fare una gara con te stesso.

Io per esempio mi sfido e spesso vinco. Ogni volta che leggo un libro scrivo la recensione e alcune sono pubblicate nel blog sezione **RECENSIONE** vai a visionare e se vuoi inserisco anche la tua recensione o riflessione oppure puoi aprirti un blog in cui ti occupi di recensioni. Sì lo so ci vuole tempo per ogni cosa e la lettura richiede tempo. Un'ora al giorno non mi pare tanto. L'importante è capire ciò che leggi non solo ricordare quello che hai letto. Devi analizzare memorizzare capire e raccontarlo con le tue parole.

studio_e.c_online@yahoo.it 




Scopri chi sei ed essi felice
H.EDDA



IL POTERE DELL'ECCELLENZAblog
Arte Cultura Sport a cura Edda Cacchioni

Libri da me suggeriti

Poesie di Edda Cacchioni

Il libro è un'autobiografia in versi ed è nato dalla carica emozionale dell'autrice. Connubio esaltante di arte e grazia tra serenità e dolore del vivere quotidiano. L'opera propone pensieri e poesie, melodie esperienziali, schianti paradisiaci nel petto. Scritti che oltrepassano i confini della luce coscienziale in un arco di mezzo secolo di vita! Il contorno che realizza la storia di ognuno attraverso una linea energetica di tratti, non spettacolari ma talvolta risolutivi.

Leggi la prefazione cliccando **POESIE**

Edda Cacchioni Scrittrice Professionista Traduttrice Editor Counselor nata nel 1965 opera nel settore della scrittura come momento formativo creativo coscienziale. Vive tra cicloviaggi divulgatori e manoscritti. Una donna completa e felice

Il Lato Scuro dell'Arcobaleno di Betta Coni

Autobiografia esilarante. Amori Viaggi Storie a lieto fine e poi il lato scuro dell'arcobaleno...

Perché dovresti leggerla? In ogni autobiografia c'è la storia di una persona al di là di ogni giudizio sai che l'esperienza altrui arricchisce in qualità. Un momento di crescita interiore che può aiutarti a capire e scegliere.

Infatti si studiano per carpirne il lato filosofico e per analizzare comparare i periodi di storia e la tua stessa vita.

Il lato scuro dell'arcobaleno è un incontro leale con l'autrice che ti racconta di se per lanciarti un messaggio di coraggio. Un coraggio invisibile che aiuta e incentiva a proseguire perché Il lato scuro dell'arcobaleno è una realtà non un'illusione.

[Leggi l'anteprima clicca su LINK](#)

L'intervista a Betta Coni su ENTREVUE nel IL POTERE DELL'ECCELLENZA blog **Betta Coni** Scrittrice & Voce Narrante nata nel 1970 in Africa. Le grandi doti imprenditoriali le hanno permesso di essere un'ottima collaboratrice nel settore coiffure. Oggigiorno vive felice insieme a sua figlia, vicino al mare nella splendida Scozia.

Poesie

Edda Cacchioni



Il lato scuro dell'arcobaleno


Botta Cotti

Citazioni

Un libro deve essere un'ascia per il mare ghiacciato che è dentro di noi.

(Franz Kafka)

libri hanno gli stessi nemici dell'uomo: il fuoco, l'umidità, il tempo e il proprio contenuto.

(Paul Valery)



**RICHIEDI IL
CERTIFICATO DI LETTURA
AUTORE AUTRICE INDIPENDENTE**



si attesta che
ha partecipato alla *lettura* del corso
AUTRICE AUTORE INDIPENDENTE

*ideato in collaborazione con la redazione
IL POTERE DELL'ECCELLENZA*blog & radio H2E

studio_e.c_online@yahoo.it

**Redattrice del corso
H.EDDA CACCHIONI**

Grazie a
Tutte e Tutti



Il blog è scaturito dalla passione per la lettura
ergo amo scrivere
ed ho pubblicato alcuni libri visibili nella
Libreria Solidale

IL POTERE DELL'ECCELLENZAblog

