

Comunicato Stampa | Lumerà e De Vivo a Sassari per Éntula | 6 luglio ore 21

ÉNTULA

IL FESTIVAL LETTERARIO DIFFUSO CON LA SARDEGNA

IX EDIZIONE

La farfalla.

7 consapevolezze per rigenerarsi e scoprire un nuovo benessere

L'atteso incontro con gli autori Lumerà e De Vivo

Sassari, martedì 6 luglio ore 19

Al centro del nuovo libro la ricerca del benessere individuale e collettivo per una ritrovata realizzazione e rinascita

Moderà l'incontro la giornalista Gabriella Grimaldi

INGRESSO GRATUITO CON PRENOTAZIONE

https://www.eventbrite.it/e/biglietti-daniel-lumera-ed-immaculata-de-vivo-in-la-lezione-della-farfalla-160927457357?fbclid=IwAR0-DeLnLlpiCBs3BD0_w2cNfz6hvQfmmqH4A8JP8Urf4iTR_jFV4Yqc8hU
Effetto togetherness per il potenziamento del benessere, cambiamento consapevole, ruolo del sonno e del buon riposo, pratiche di benessere quotidiano: sono solo alcuni dei temi trattati da **Daniel Lumerà** e **Immacolata De Vivo** nel loro ultimo libro *La farfalla. 7 consapevolezze per rigenerarsi e scoprire un nuovo benessere* (Mondadori): sarà presentato **martedì 6 luglio** alle **ore 19** all'**Anfiteatro Polo Tecnico Devilla** di **Sassari** (via Monte Grappa), alla presenza di entrambi gli autori e in compagnia della giornalista **Gabriella**

Grimaldi. L'evento di **Éntula** è inserito nel cartellone di appuntamenti di Sassari Estate 2021.

In **La farfalla** scienza e spiritualità s'incontrano per mostrarci una nuova frontiera del benessere e insegnarci ad affrontare i piccoli e grandi cambiamenti della nostra vita per trasformarli, poi, in un motore straordinario di salute, realizzazione e rinascita. In quest'opera gli autori pongono l'attenzione sulla cura di sé – attraverso l'alimentazione, il riposo, stili di vita naturali e la meditazione – e sulla cura degli altri, passando per la riscoperta di valori come l'empatia, la leadership e il rispetto per l'ambiente. Dopo *Biologia della gentilezza*, Lumerà e De Vivo tornano a riflettere su come attraversare in maniera rigenerante i cambiamenti del tempo, con nuove ali per librarci leggeri come farfalle.

Lumerà è considerato un riferimento internazionale nella pratica della meditazione, che ha studiato con Anthony Elenjimitam, discepolo diretto di Gandhi. Tra le sue pubblicazioni, *La cura del perdono. Una nuova via alla felicità* (Mondadori, 2017), *Ventuno giorni per rinascere*, con Franco Berrino e David Mariani (Mondadori, 2018), *La via della leggerezza*, con Franco Berrino (Mondadori, 2019), *Biologia della gentilezza. Le 6 scelte quotidiane per salute, benessere e longevità*, con Immacolata De Vivo (Mondadori, 2020). È l'ideatore del metodo My Life Design, il disegno consapevole della propria vita professionale, sociale e personale; un percorso formativo applicato a livello internazionale in aziende pubbliche e private, al sistema scolastico, penitenziario e sanitario.

Immacolata De Vivo è una scienziata di origini italiane, docente di Medicina alla Harvard Medical School e professoressa di Epidemiologia alla Harvard School of Public Health. È una delle massime esperte mondiali nel settore dell'epidemiologia molecolare e della genetica del cancro.

Prossimo appuntamento di **Éntula** sabato **10 luglio**, quando la scrittrice **Roberta Balestrucci Fancellu** presenterà il suo **Margherita Hack. In bicicletta tra le stelle** a **Lodine** in **piazza San Giorgio**.

ÉNTULA

È il festival letterario inclusivo per antonomasia: dal 2013 propone libri e autori appartenenti a qualsiasi genere letterario, in arrivo da qualsiasi parte del mondo in qualsiasi centro della Sardegna disposto ad ospitarli. Collabora da tempo con i festival *Liquida*, *Dall'altra parte del mare*, *Un'isola in rete*, *Tutte storie*, *Racconti e paesaggio* e *LEI*, e da quest'anno anche con *Aria Acqua Luoghi*.

Nello stesso cartellone appaiono scrittori, biblioteche, librerie, associazioni, scuole, strutture pubbliche e private in armoniosa collaborazione, con l'unico ambizioso obiettivo di far diventare il consumo culturale da evento a consuetudine irrinunciabile.

Éntula per l'ambiente

Poiché il 70% dei fan di *Éntula* hanno riferito di preferire i libri di carta, *Lìberos* si impegna a piantare quest'anno **462 alberi**, tanti quanti sono stati i libri venduti durante l'edizione ridotta e sacrificata del 2020.

Éntula – festival letterario diffuso con la Sardegna è realizzato col contributo di Regione Autonoma della Sardegna – assessorato della Pubblica Istruzione, Beni Culturali, Informazione, Spettacolo e Sport e Fondazione Sardegna, in collaborazione con Libreria Koinè di Sassari.

Media partner di questa edizione è la testata giornalistica *Sardinia Post*.