

24 ottobre 2012

**LE MARCHE IN CUCINA
DA DOMANI CON IL RESTO DEL CARLINO
E DAL 3 NOVEMBRE LE RICETTE DI VITA DI LIVIO SGARBI**

Le Marche sono una regione che racconta una storia millenaria, frutto di molteplici influenze culturali che si riflettono anche nella cucina tradizionale. Dal connubio tra storia e natura e da un territorio famoso per l'eccellenza dei suoi prodotti nascono piatti gustosi e inimitabili, che "**Marche in cucina**" racconta in 160 pagine.

Il volume illustra 150 ricette tradizionali raccolte nelle fattorie, nelle osterie e nei porti di mare di tutto il territorio marchigiano. Un prezioso quaderno che da domani e per un mese sarà in edicola assieme a il Resto del Carlino (tutte le edizioni delle Marche e l'edizione di Rimini), a **8,90 euro** oltre il prezzo del quotidiano.

Tutt'altro genere di "ricette" quelle proposte da Livio Sgarbi nel libro "Istruzioni per Vincere". Il volume sarà in edicola da **sabato 3 novembre** con tutte le edizioni de il Resto del Carlino a **9,90 euro** oltre il prezzo del quotidiano. Tramite un percorso formativo semplice ed efficace e grazie all'esperienza acquisita, l'autore stimola il lettore a mettersi in gioco per conseguire qualsiasi obiettivo, sia esso l'inizio di una nuova attività o una sfida sportiva. Con l'aiuto di schemi e spazi per segnare appunti e riflessioni, Sgarbi guida al raggiungimento dei traguardi prefissati, compresi quelli che sembrano fuori portata, per diventare campioni nella vita.

«**Spesso pensiamo** di non poter far fronte alle nostre insicurezze. Se non raggiungiamo alcuni obiettivi personali e professionali diventiamo negativi e pessimisti. Questo libro mi ha aiutato a scoprire dentro di me le risorse per far fronte a tutto ciò. Avevo bisogno di una chiave per accedere al tesoro di energie positive che ognuno di noi ha.» **MASSIMO CAPUTI**, giornalista televisivo

«**Con il prezioso** e continuo aiuto di Livio ho creduto fortemente in me stesso, nei miei mezzi e nelle mie possibilità. Istruzioni per vincere è la prima cosa che metto in valigia quando parto per una gara importante. Grazie, Livio.» **CLEMENTE RUSSO**, campione del mondo di pugilato nel 2007 e medaglia d'argento alle Olimpiadi del 2008

Livio Sgarbi, nato a Torino nel 1966, è laureato in sociologia, ha un master in programmazione neurolinguistica ed è diplomato negli USA presso la Master University/Trainer Academy di Anthony Robbins. Da 20 anni si occupa di strategie per lo sviluppo di prestazioni ottimali nei più disparati campi di applicazione professionale, personale e sportiva. Ha lavorato in qualità di mental coach con numerosi celebri campioni sportivi, tra i quali Carlo Ancelotti, che ha scritto la prefazione del libro, Vincenzo Iaquinta, Sebastien Frey e Clemente Russo.

Entrambi i volumi potranno essere acquistati anche contattando il numero 199 155 955 o visitando il sito www.quotidiano.net. A sostegno dell'iniziativa pagine pubblicitarie sui quotidiani e sui periodici del Gruppo. La creatività è interna.

Per ulteriori informazioni:

Stefania Dal Rio

Direttore Immagine e Comunicazione **Monrif Group**

ufficio 051 6006075 cellulare 348 7109919 relazioni.esterne@monrif.net