

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