

LUIGI CARAVELLA  
EMANUELA MALDARELLA  
MARIA TERESA MIRANTE

# LEO E LA SUA NUVOLA

IMPARA A RESPIRARE  
INSIEME ALLE TUE EMOZIONI

PER BAMBINI  
E RAGAZZI

eve



© 2026 Fondazione Apostolicam Actuositatem ETS  
via Aurelia, 481 – Roma  
[www.editriceave.it](http://www.editriceave.it) – [info@editriceave.it](mailto:info@editriceave.it)

*Progetto grafico e impaginazione:* Redazione Ave-Faa ETS

*Illustrazioni:* Mauro Cima (con il supporto dell'IA)

ISBN: 978-88-3271-566-8

# INTRODUZIONE

## CIAO, PICCOLO LETTORE!

Ti è mai capitato di svegliarti con una sensazione strana, come se nel tuo pancino ci fosse un solletico fastidioso o come se il battito del tuo cuore diventasse così forte e veloce al punto da sudare pur restando fermo?

È quello che succede a Leo, il protagonista di questo libro, prima di una verifica di matematica.

Leo è un bambino proprio come te: ama scoprire cose nuove e giocare con i suoi amici. Ma un giorno, all'improvviso, arriva una Nuvola che rende tutto un po' più difficile: studiare, giocare e persino parlare con la mamma e il papà sembra diventata una sfida faticosa.

La presenza costante di questa Nuvola farà conoscere a Leo una nuova emozione, l'ansia, di cui non bisogna aver paura.

Non è nemmeno necessario avere fretta di cacciarla via dai propri pensieri: bisogna con calma imparare a conoscerla per capire che fa parte della nostra vita, del nostro essere e pertanto dobbiamo solo capire come imparare a gestirla.

Per poterlo fare, basta parlare con qualcuno a cui vuoi bene e guardare insieme cosa c'è dentro quella nuvola.

Nel racconto scoprirai che anche i grandi hanno le loro nuvole e che, se impariamo a dividerle, queste emozioni diventano meno pesanti. Anzi, a volte ci aiutano a scoprire quanto siamo coraggiosi e quanto è bello il mondo intorno a noi, anche quando piove un po'.

**SEI PRONTO? BUONA LETTURA!**