

# Puoi

CARMEN MATEO

PACO ORTEGA



**Emme Edizioni**



*A tutte le persone capaci di esprimersi liberamente  
e a tutte quelle che stanno ancora imparando a farlo.*

*Carmen Mateo*

*Al verbo POTERE, in tutte le sue coniugazioni.  
A tutte le persone che, ogni giorno, mi insegnano a coniugarlo.*

*Paco Ortega*

*Puoi*

*Puoi*

CARMEN MATEO

PACO ORTEGA

Emme Edizioni è un marchio di Edizioni EL

Traduzione di Michele Piumini

Titolo originale: *Puedes*

Prima pubblicazione 2022, Editorial Solynube

© 2021 Carmen Mateo per il testo

© 2022 Paco Ortega per le illustrazioni

Edizione pubblicata in accordo con LUNA BOOKS AGENCY

Tutti i diritti sono riservati

© 2026 Edizioni EL, per l'edizione italiana

In copertina: lettering di Andrea Carrer

ISBN 978-88-296-0893-5

[www.edizioniel.com](http://www.edizioniel.com) - [customercare@edizioniel.it](mailto:customercare@edizioniel.it)

Fabbricato da Edizioni EL S.r.l., via J. Ressel 5, 34018

San Dorligo della Valle (Trieste)

Prodotto in Slovenia

Finito di stampare nel mese di maggio 2026

per conto delle Edizioni EL

presso Florjančič tisk d.o.o., Maribor, Slovenia



**Emme Edizioni**



Forse ti è capitato di pensare che **NON POTEVI**  
esprimere i tuoi desideri.



Be', la sai una cosa?

PUOI.





Puoi **AMARTI** così come sei,

e non **IMPORTA** se gli altri non ti amano allo stesso modo.



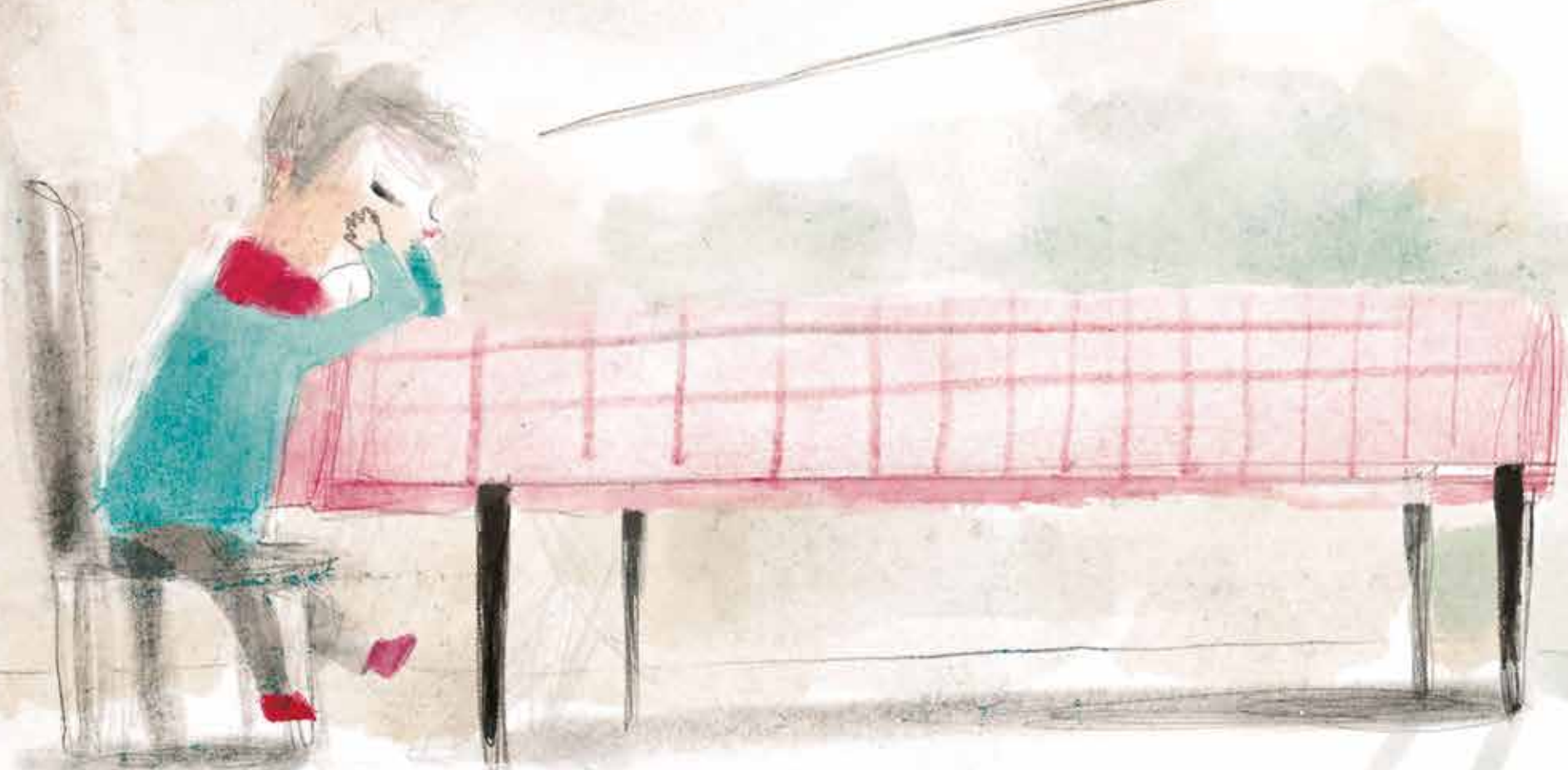
Puoi **ARRABBIARTI** se qualcosa non ti riesce come speravi.

E puoi **RIPROVARE**: magari la prossima volta verrà meglio.



Puoi **SENTIRTI**  
diverso dagli altri,  
anche se in fondo  
vi **SOMIGLIATE**  
piú di quanto tu creda.

Puoi **FARE** tutte le domande che ti vengono in mente,



ma non sempre **OTTERRAI** tutte le risposte.



Puoi **PIANGERE** se cadi  
e se non **RIESCI** a cadere.


Puoi **DIRE** ciò che pensi anche quando  
**CREDI** che la tua opinione non sia importante.



Puoi **AVERE PAURA** delle cose piú grandi


e di quelle piú piccole.



A watercolor illustration of a park scene. In the foreground, the back of a person's head with short, dark hair is visible, looking down a light-colored path. The path leads into a lush green area with several trees of varying heights and colors (green, yellow, and blue). In the middle ground, a simple wooden bench sits on the path. The background shows more trees and a soft, hazy sky. The overall style is soft and artistic, using watercolor techniques.

Puoi **DUBITARE** e sbagliare, anche se

non sempre potrai **RIMEDIARE** ai tuoi errori.

A watercolor illustration of a child standing under a large, colorful tree with a nest, with a city and sun in the background. The child is wearing a teal dress and a red scarf, holding a small object. The tree has a large, dark nest with yellow and blue confetti falling from it. The background shows a city with tall buildings and a bright yellow sun in a pale sky with birds flying. The ground is white and sandy.

Puoi **SENTIRE** una tempesta dentro di te  
anche quando il sole **SPLLENDE** nel cielo.

Puoi **SPEZZARTI**.

Anche le pietre piú dure si **SPACCANO**.



Puoi **LOTTARE**  
contro le ingiustizie,  
anche se a volte  
non sarai tu a **VINCERE.**





Puoi **SOGNARE** cose incredibili che forse non **ACCADRANNO** mai,  
o forse sí.

Ma soprattutto puoi **SENTIRE** ciò che vuoi,  
puoi **AMARE** chi vuoi  
e puoi **VIVERE** a modo tuo.





Perché il mondo è pieno  
di opportunità che

**NON PUOI PERDERE.**

