

PÓŁKA Z KSIĄŻKAMI

KSIĄŻKI ZAKUPIONE W RAMACH
NARODOWEGO PROGRAMU ROZWOJU CZYTELNICTWA

Nowości w bibliotece szkolnej – cz. 43

Jacek Hołub
BEZE MNIE JESTEŚ NIKIM
Przemoc w polskich domach



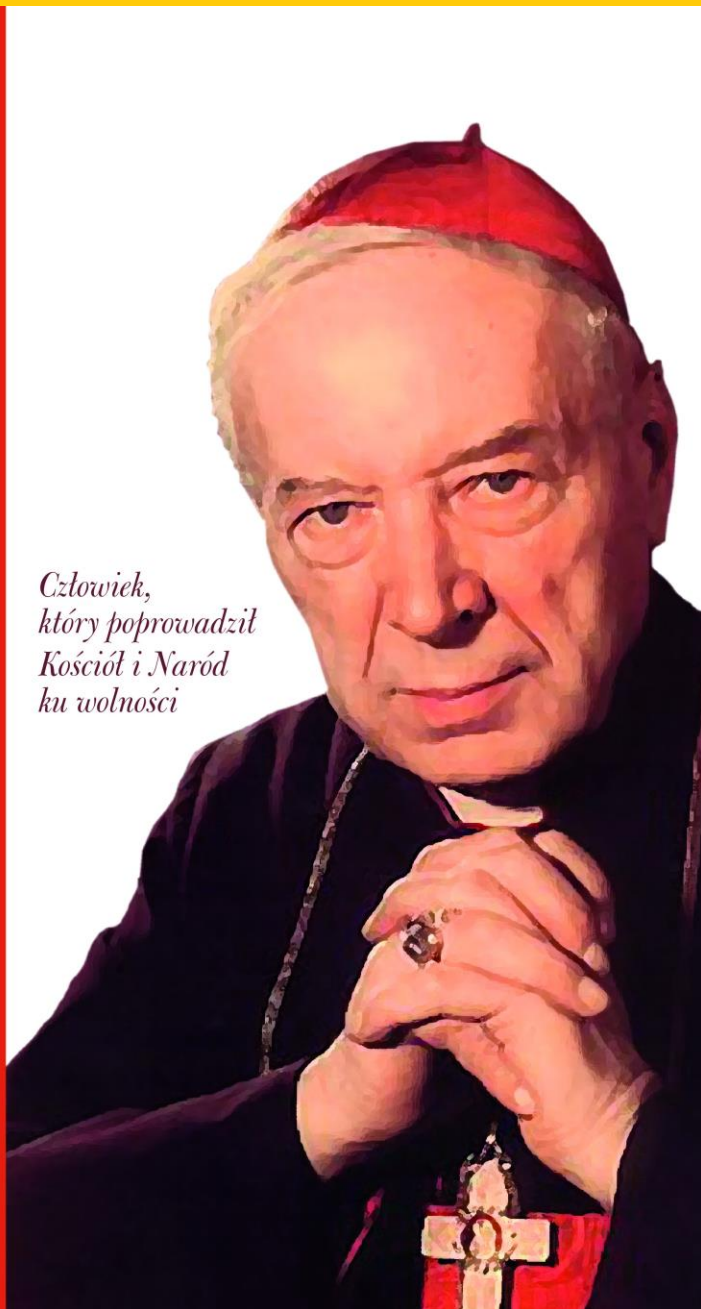
„W badaniu przeprowadzonym na zlecenie Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej trzydzieści procent – czyli ponad dziewięć milionów – dorosłych Polaków potwierdziło, że było sprawcami przemocy w rodzinie. Siedemnaście procent skrzywdziło bliskich kilka razy, a trzy procent wielokrotnie.

Mężczyźni katują żony i dzieci. Bici synowie dorastają i znęcają się nad swoimi partnerkami i dziećmi. Krzywdzone dziewczynki wpadają w szpony toksycznych mężów. Dorosłe dzieci dręczą zniedołężniałych rodziców. Silniejsi terroryzują słabszych, zdrowi niepełnosprawnych, ci, którzy mają władzę, kontrolują i ranią swoich podopiecznych. Przez nasze domy płynie rzeka agresji, bólu, cierpienia i nienawiści. Oficjalne statystyki to wierzchołek góry lodowej.

Napisałem tę książkę, by pokazać, co kryje się pod spodem – jak wygląda prawdziwe oblicze przemocy domowej”.

Jacek Hołub

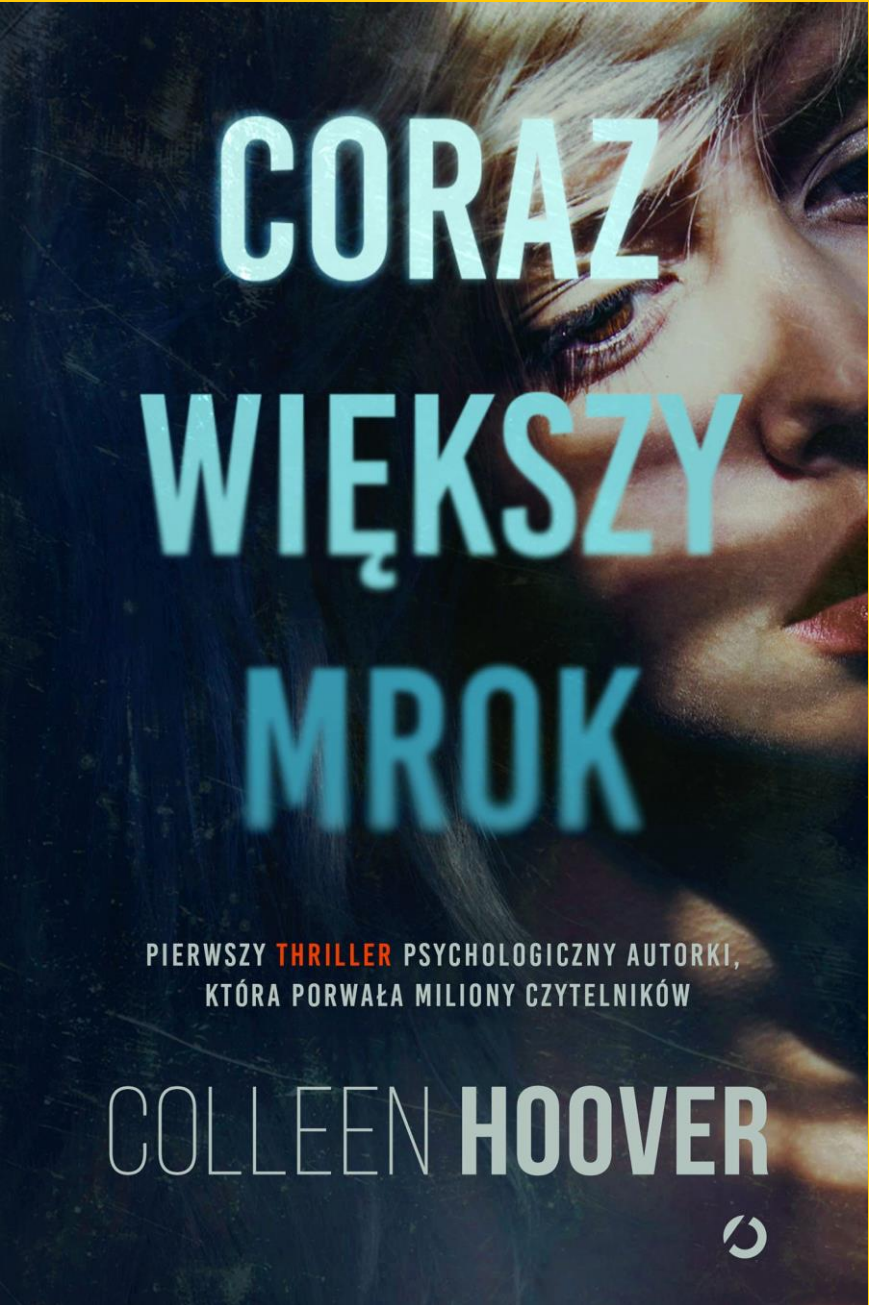
Kard. Stefan Wyszyński



*Człowiek,
który poprowadził
Kościół i Naród
ku wolności*

Kard. Stefan Wyszyński. Człowiek, który poprowadził Kościół i Naród ku wolności jest 39. wydaną książką Piotra Stefaniaka.

Przywołuje on w niej Prymasa Tysiąclecia, który prowadził Kościół, swój Naród i Polskę przez mroczną, ponurą noc stalinowską i dekady komunistycznego zniewolenia. Kim był? Bezsprzecznie mężem opatrnościowym, apologetą wolności Kościoła i swobody, wyznawania wiary przez człowieka w czasach ideologii socjalizmu. Zapłacił za to wielką cenę, zwłaszcza w postaci powszechnego niezrozumienia. Prześladowany przez komunistów stał się opoką dla zgnębnego i łaknącego wolności i sprawiedliwości Narodu.



CORAZ WIĘKSZY MROK

PIERWSZY **THRILLER** PSYCHOLOGICZNY AUTORKI,
KTÓRA PORWAŁA MILIONY CZYTELNIKÓW

COLLEEN **HOOVER**



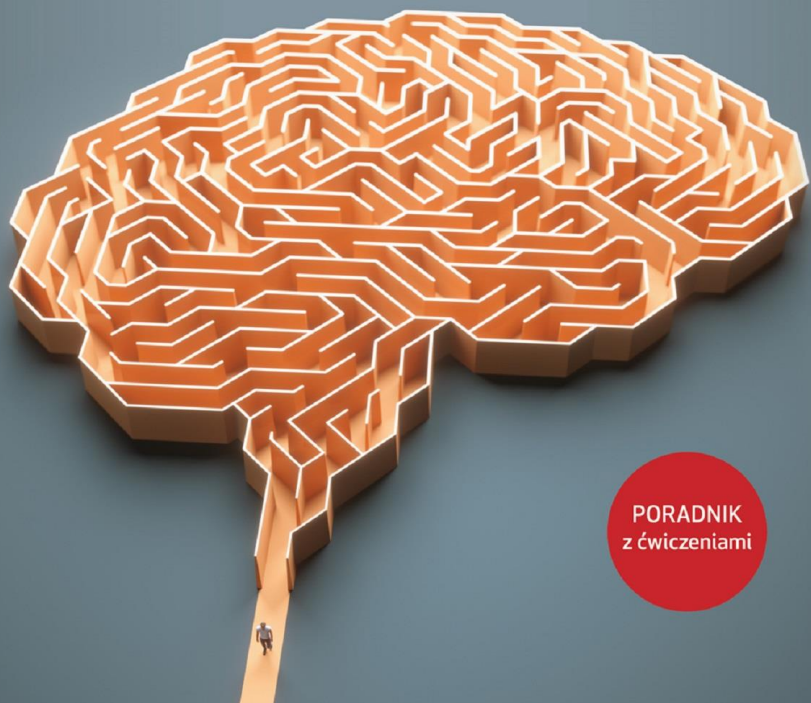
Szokująca opowieść o małżeństwie, obsesji i manipulacji.

Verity Crawford, sławna autorka thrillerów, zostaje sparaliżowana wskutek tragicznego wypadku. Jej mąż zatrudnia pisarkę Lowen Ashleigh, by dokończyła bestsellerową serię książek chorej żony. Podczas przygotowań do pracy w posiadłości Crawfordów Lowen w stosie notatek znajduje niepublikowany dotąd materiał. Tekst, który miał na zawsze pozostać tajemnicą, okazuje się wstrząsającą spowiedzią Verity. Odkrywając sekrety autorki, Lowen coraz bardziej pogrąża się w mroku i niebezpiecznie zbliża się do jej męża Jeremy'ego. Aż w pewnym momencie staje się częścią życia Crawfordów, jeszcze bardziej niepokojącego niż thrillery Verity...

Suzette Glasner-Edwards

UZALEŻNIONY MÓZG

Jak wyjść z nałogu, wykorzystując techniki terapii poznawczo-behawioralnej, uważności i dialogu motywującego




PORADNIK
z ćwiczeniami



Droga do wyjścia z uzależnienia nie jest prosta.

Używki poprawiają samopoczucie, pomagają się odprężyć, funkcjonować w sytuacjach społecznych, uciec od trudności. Często jednak okazjonalne sięganie po alkohol czy narkotyk stopniowo prowadzi do niekontrolowanego przymusu ich używania – do uzależnienia. Nadzieja na poprawę nastroju stanowi ogromną przeszkodę w radzeniu sobie z nałogiem nawet wówczas, gdy już wiesz, że rujnuje on życie twoje i twoich bliskich. Twój uzależniony mózg kusci, nakłania, przekonuje. Ulegasz więc. Nie po raz pierwszy. Właśnie dlatego potrzebujesz konkretnych narzędzi i umiejętności, które pozwolą ci wytrwać w trzeźwości, nawet gdy sytuacja, inni ludzie czy nastrój będą cię popychały na powrót w stronę używek.

W niniejszym poradniku znajdziesz zestaw technik, których skuteczność potwierdziły badania naukowe, a które wywodzą się z trzech osobnych, choć uzupełniających się modeli: dialogu motywującego, terapii poznawczo-behawioralnej i uważności. Pomogą ci one podjąć trwałą decyzję o zmianie stylu życia, podtrzymać motywację, która w naturalny sposób ulega wahaniom, a także rozpoznać i zmienić „uzależniające myślenie”, które zwiększa podatność na nawrót uzależnienia.



Roma
Ligocka
**Jeden
dobry
dzień**



To jest tajemnica Romy Ligockiej: jej książki pisane są zawsze bardzo osobiście i emocjonalnie. Stąd ich siła i wyjątkowa więź z czytelnikami. Pisarka przygląda się światu, który ją otacza, opowiada nam swoje życie – zawsze trochę inaczej, zawsze z innej perspektywy. Refleksyjnie, dojrzałe, z łagodnym poczuciem humoru.

Najnowsza książka jest może bardziej emocjonalna niż inne. Jej sercem jest bowiem opowieść autorki o tym, jak stara się pomóc bliskiej osobie w najważniejszych, pełnych bólu chwilach – w zmaganiu się z chorobą. Diagnoza brzmi: nowotwór.

Roma Ligocka postanawia towarzyszyć choremu przyjacielowi i razem z nim walczyć o każdy kolejny dzień. Dwanaście miesięcy. Szpitalne korytarze. Codziennosc choroby. Chwile nadziei i momenty rozpacz.

Jak oswoić pustkę po stracie bliskich? Jak wrócić do siebie? Skąd wziąć siłę?

Roma Ligocka nie szuka prostych odpowiedzi, ale robi wszystko, by wesprzeć czytelnika, dać nadzieję. Opowiada też o zwyczajnych spotkaniach, wzruszeniach, o miłości także. Dzieli się z nami swoim zachwytem nad urodą codzienności i głęboką radością z każdego dobrego dnia.

SZCZEPAN TWARDOCH

KRÓL

POWIEŚĆ



Warszawa. Burzliwe lata trzydzieste XX wieku. Wielokulturowy, podzielony świat u progu drugiej wojny, targany konfliktami narodowymi, politycznymi, społecznymi, religijnymi. Zwroty akcji, romanse, gwałty, ćwiartowanie ciał, szantaże, przewroty – podszyte przemocą codzienne życie stolicy.

Trzymająca w napięciu powieść, w której autor zderza dwie perspektywy Polski lat trzydziestych: żydowską i polską.

WYDAWNICTWO LITERACKIE
www.wydawnictwoliterackie.pl
bezpłatna linia telefoniczna 800 42 10 40



Cena dla dorosłych
44 zł. 90 gr.

ISBN 978-83-08-06224-1



9 788308 062241

* KSIĄŻKA DOSTĘPNA TAKŻE JAKO E-BOOK

Żydowski gangster. Polskie piekło. Warszawa 1937.

Piękne samochody, kobiety, zimna wódka i gorąca krew. Boks, dzielnice nędzy i luksusowe burdele, błoto Woli i eleganckie ulice Śródmieścia. Żydzi i Polacy. Getto ławkowe i walki uliczne. Etniczny, społeczny, religijny i polityczny tygiel Warszawy 1937 roku. A ponad wszystkimi podziałami zasady gangsterskiego świata, w którym siła jest najcenniejszą walutą.

Wszystko zaczyna się w zatłoczonej sali Kina Miejskiego, gdzie rozentuzjanzmowana publiczność przygląda się walce bokserskiej. Trwa ostatnie starcie w meczu o drużynowe mistrzostwo stolicy. Polscy kibice dopingują reprezentanta Legii ? znanego falangistę Andrzeja Ziemińskiego. Z żydowskich trybun dobiegają okrzyki na cześć zawodnika klubu Makabi Warszawa, Jakuba Szapiry. Ten wieczór należy do niego. Wśród wiwatów jednych i gwizdów drugich, triumfowi Szapiry przyglądają się siedemnastoletni Mojżesz Bernsztajn oraz Kum Kaplica ? stary bojownik PPS, socjalista i król warszawskiego półświatka.

Czterdzieści lat później, w Tel Awiwie, emerytowany żołnierz Mosze Inbar pochyla się nad maszyną do pisania, by powrócić do wieczoru, w którym po raz pierwszy ujrzał na ringu pięknego, zuchwałego i niezmiernie pewnego siebie boksera. Wówczas nie wiedział jeszcze, że w 1937 roku to właśnie Szapiro, prawa ręka Kaplicy, zabił jego ojca z powodu niespłaconego długu. Nie przypuszczał też, jak wiele w jego życiu zmieni jeden wieczór i spotkanie z Kumem Kaplicą?

Targani namiętnościami bohaterowie, żywe konflikty i emocje, wciągająca akcja i jej nieprzewidywalne zwroty. Do tego pierwszy w polskiej powojennej literaturze tak ciekawy i wolny od mitologizowania portret żydowskiego bohatera oraz pasjonujące realia Warszawy lat 30. XX wieku. Literacki knock-out.

SZCZEPAN TWARDOCH

KRÓLESTWO

POWIEŚĆ



W zimnie, w ciemnościach, w nieustającej trwodze. W zimnie, w ciemnościach, w trwodze nieustającej ja, zwierzę nocne.

Ciemnymi dniami kulę się w mojej norze, szara jak ściany kryjących mnie jam, nocą ciemną wychodzę na żer, zdrapywać resztki mięsa ze szkieletu martwego miasta, obgryzać jego zmarzłe truchło. Przemykam pomiędzy betonowymi skały, w kanionach ulic, przebiegam po gruzowiskach lekko, nie pozostawiając śladu, niewidzialna prawie, bezszelestna i szara, w kieszeni mam żądło, żeruję, a potem wracam i jak matka karmię tego, którego kochałam, kulę się w legowisku, zlewam się ze ścianami, ze szmatami, kulę się obok niego, ogrzewam go resztkami ciepła, które mam jeszcze w swym ciele, ogrzewam go jak matka.

Całe życie kochałam złego człowieka.

kontynuacja
bestsellerowego *Króla*

Cena:

44 zł. 90 gr.

ISBN 978-83-08-06800-7



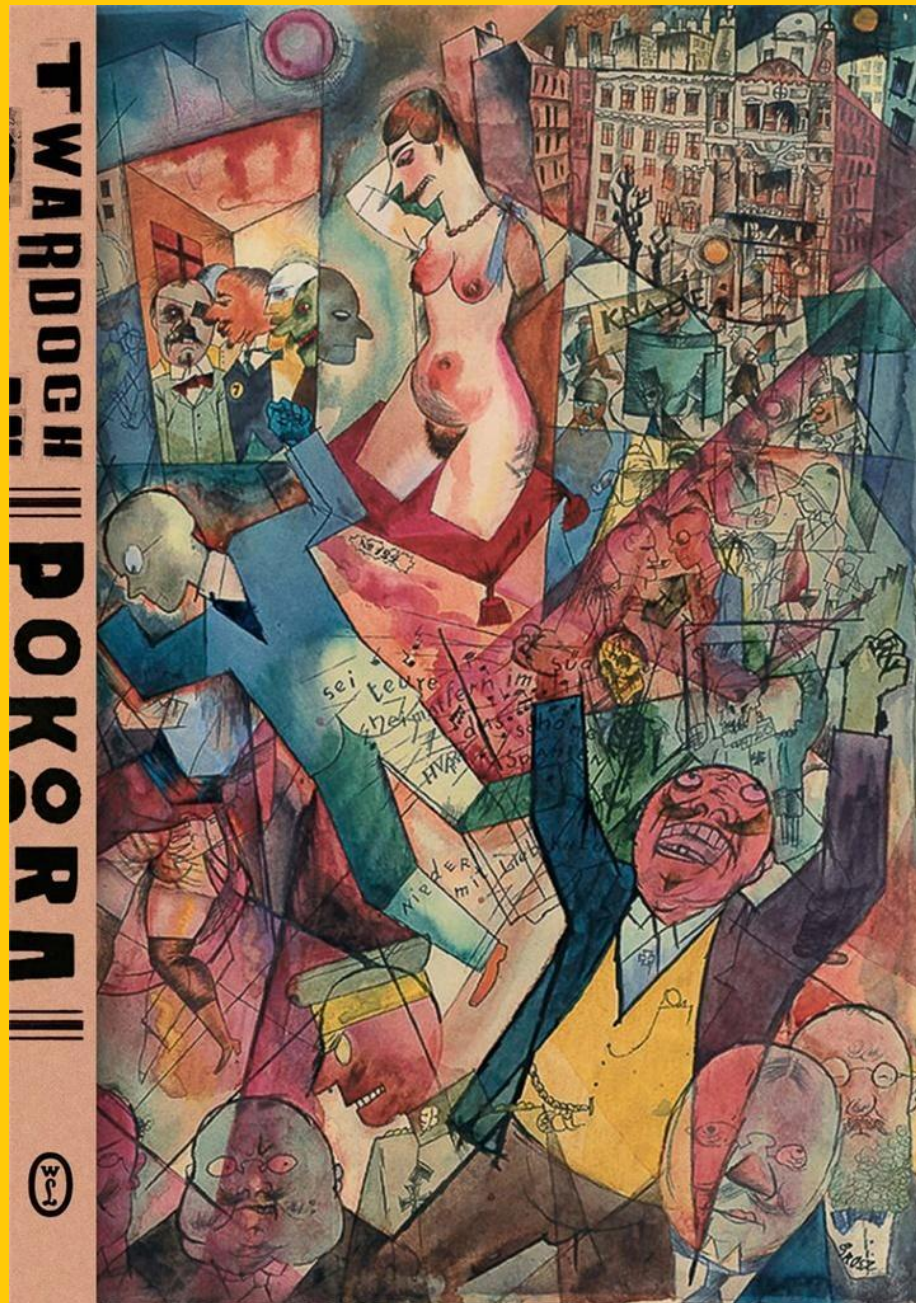
Upadek króla.

Zaskakująca kontynuacja *Króla* – jednego z największych bestsellerów ostatnich lat.

Ryfka ma jeden cel – przetrwać. W swojej kryjówce pielęgnuje na wpół przytomnego Jakuba Szapirę, który niczym nie przypomina niegdysiejszego postrachu stolicy. Kobieta nocami wychodzi na gruzowisko, którym po polskim powstaniu stała się Warszawa. Zdobywa pożywienie, obmyśla plan dalszej ucieczki, pieniądze wymienia na coś znacznie cenniejszego – na broń. Jej oczy widzą upadek dawnego „królestwa” Szapiry, jej nozdrza rozpoznają zapach porzuconych resztek jedzenia, jak i trupi odór, a do jej uszu dochodzą coraz to nowe pogłoski. Podobno pod ruinami byłego getta żyje nieomal mityczny Ares, krwią podpisujący swoje nazistowskie ofiary...

Dawid, syn Szapiry, przeżył wywózkę z Umschlagplatz. O losie ojca niewiele wie, bo też mało go on obchodzi. W ukryciu wspomina dawne czasy i przedwojenną potęgę Jakuba. Spotkał w życiu wielu złych ludzi, ale nikt nie jawi mu się gorszym niż Jakub Szapiro...

Opowieść Ryfki i historia Dawida układają się w zaskakującą kontynuację *Króla*, jednego z największych bestsellerów ostatnich lat. Chwytająca za gardło opowieść o wojnie oraz bezkompromisowe spojrzenie na oprawców i ofiary. Żydzi, Polacy i Niemcy. I to najtrudniejsze wyzwanie... pozostać człowiekiem.



Pożądanie. Władza. Uległość.

Co stracisz, walcząc o godność?

Epicka powieść o rewolucji, wojnie i miłości.

11 listopada 1918. Leutnant Alois Pokora wychodzi ze szpitala na ulice zrewoltowanego Berlina. Stary świat się skończył.

La Belle époque umarła w okopach I wojny światowej. Nowy świat rodzi się w bólach: na froncie zachodnim i podczas rewolucji, przetaczającej się przez pokonane Niemcy.

Alois nie należał do starego świata, nie należy też do nowego. Syn górnika z Górnego Śląska, zrzędzeniem losu wyrwany z proletariackiej rodziny, wszędzie spotyka się z pogardą i odrzuceniem. Samotny i prześladowany, wierzy tylko w erotyczną relację z perwersyjną, dominującą Agnes. Jednak w świecie, który się skończył, nic nie jest prawdziwe.

Pokora to porywająca powieść o miłości, wojnie i rewolucji. Epicka historia o Berlinie i Śląsku, o Niemcach i Polakach, o podziałach społecznych i etnicznych. O pożądaniu, władzy, uległości i cenie, jaką płaci się w walce o godność.

GLENN R. SCHIRALDI

SIŁA

TRENING
UMIEJĘTNOŚCI

REZYLIENCJI



Jak poradzić sobie ze stresem, traumą
i przeciwnościami losu?

*To poradnik dobrego, pełnego życia – mimo doświadczania
trudności i kryzysów. To zachęta do życia, którym warto żyć,
a nie takiego, które nam się po prostu przydarza.*

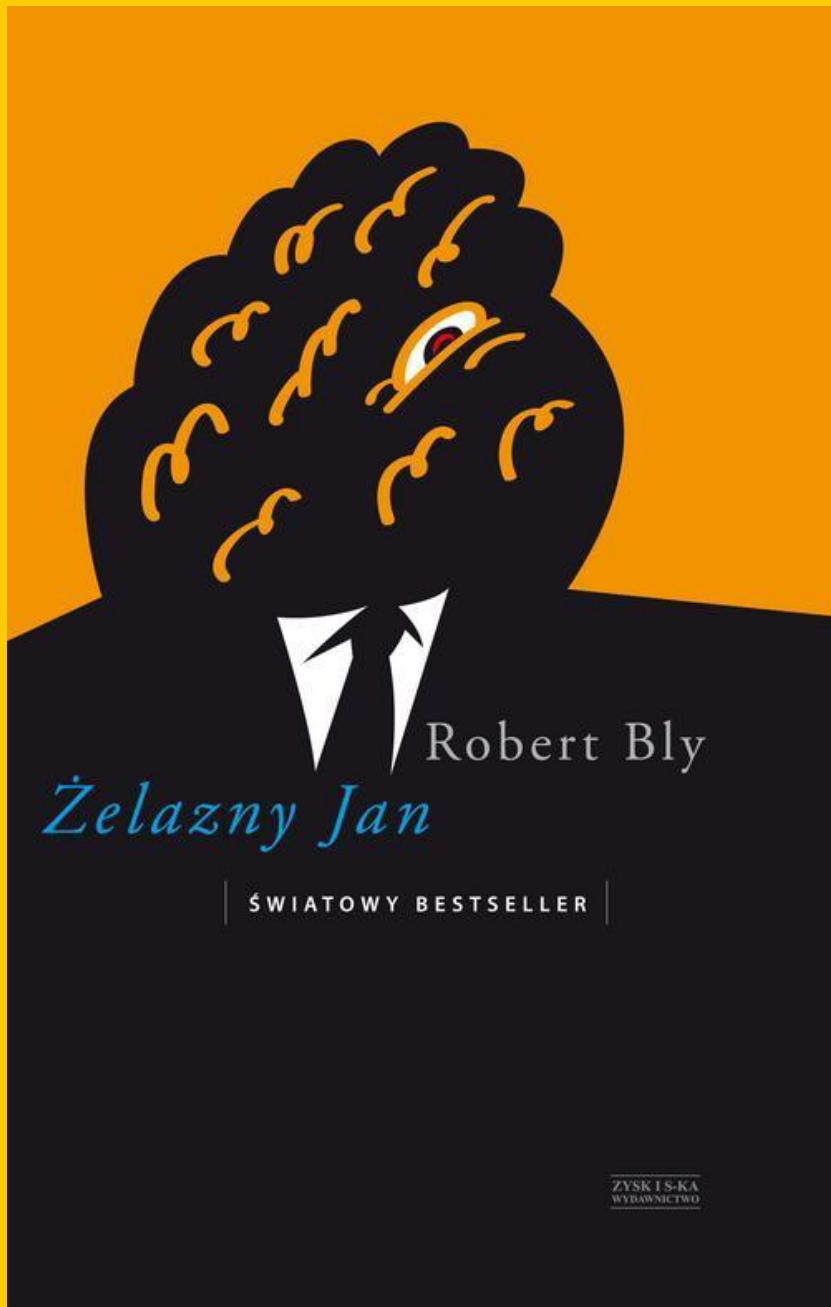
Sabina Sadecka



Czy zastanawiasz się czasami, dlaczego niektórzy z nas bez problemu przechodzą przez życiowe burze, a inni upadają i nie potrafią się podnieść? Dlaczego pewni ludzie radzą sobie z przeciwnościami losu, a inni nie są w stanie stawić im czoła?

Kluczem jest rezyliencja, czyli umiejętność radzenia sobie z trudnymi sytuacjami i bolesnymi doświadczeniami. To siła ciała, umysłu i charakteru, która pozwala właściwie reagować na przeciwności losu i napotykaną wyzwanie. Nie da się uniknąć prób, na jakie wystawia nas los. To, jak na nie reagujemy, wynika ze świadomie rozwijanej rezyliencji, która stanowi podstawę zdrowia psychicznego i dobrego samopoczucia. Jak więc wykształcić tę umiejętność?

W książce przedstawiono najważniejsze metody, które pomogą Ci podnieść się po porażce. Przekonasz się, jak pielęgnować wewnętrzną siłę pozwalającą poradzić sobie z wyzwaniami stawianymi przez życie.



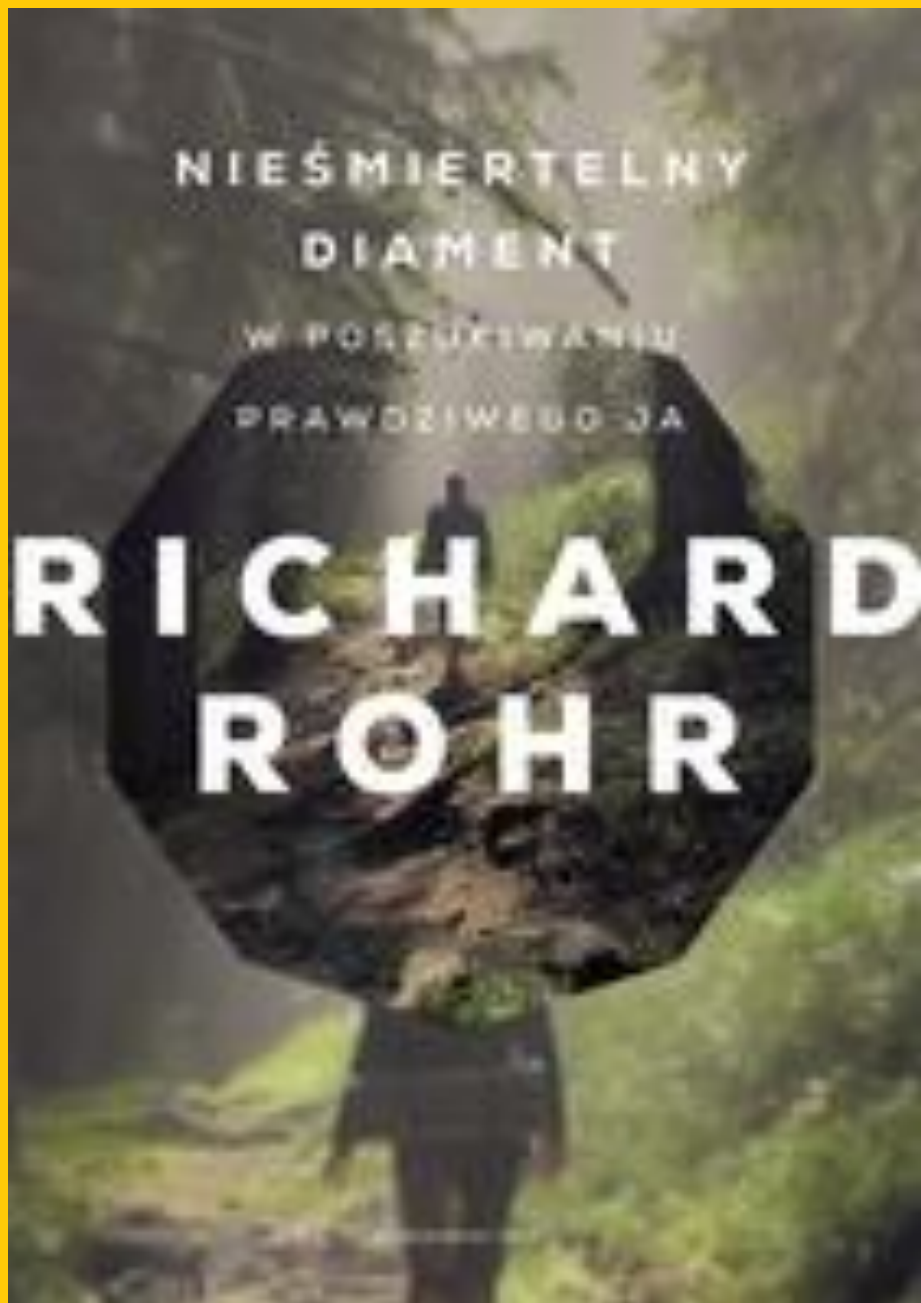
Porywająca podróż przez mitologię, literaturę i psychologię w poszukiwaniu istoty męskości.

Fascynująca opowieść o istocie męskości i męskiej inicjacji, ale także o problemach i wyzwaniach w życiu współczesnego mężczyzny. Jest nowoczesną, a zarazem bardzo starą wizją tego, co nazywamy męskością.

Potwierdza siłę mitów i tradycji w przypominaniu i utrwalaniu odwiecznych prawd.

Robert Bly jest poetą, gawędziarzem, tłumaczem i wykładowcą. Za swoje poezje uzyskał wiele nagród, m.in. National Book Award oraz Robert Frost Medal w USA. Po premierze przez wiele Żelazny Jan miesiące zajmował pozycję nr 1 na prestiżowych listach najpoczytniejszych nowości.

Męski odpowiednik Biegającej z wilkami.



o może być najważniejsze spotkanie w twoim życiu

Czy wiesz, kim jesteś? Czy znasz swoją prawdziwą wartość? Czy masz odwagę odkryć nieśmiertelny diament?

Książka ojca Richarda Rohra pomoże Ci spotkać się z samym sobą. Aby dotrzeć na to spotkanie, trzeba zdjąć maskę i zrezygnować z kontroli nad wszystkim, co nas otacza. Uwolnić się od schematów, które nas niewolą. Innymi słowy - doświadczyć śmierci fałszywego "ja". Warto, nawet, jeśli zaboli. Prawda zawsze wyzwala.