

# - Za starše, učitelje in mentorje -

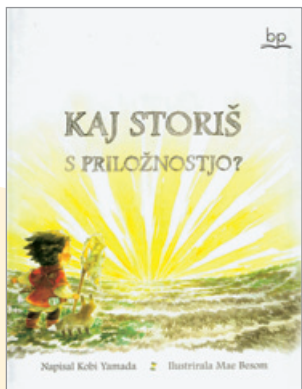


## Nekaj zelo zelo lepega

Pri založbi Sanje so izdali zakladno knjigo: obsežno zbirko pesmi za otroke cenjene pesnice Neže Maurer. Knjiga je v naročju težka - in kako ne bi bila, ko pa ima kar 654 strani. Ampak ob prebiranju pesmi namesto teže knjige občutiš le še čudovito lahkost, čipkasto igriv ples besed svetlobe, ki preseva meglice, nežnost, ljubeznivost in zaljubljenost v življenje. Pesmi so hkrati otroško preproste in življenjsko modre. Knjiga pa je nekaj zelo zelo lepega tudi vizualno, z ritmom likovnega oblikovanja verzov, kompozicijo črnih črk na belini lista, s harmonijo belih in barvnih strani in, še posebno, s sanjsko nežnimi ilustracijami Barbare Ogrič Markez.

## Kaj storiš s priložnostjo?

Kobi Yamada in ilustratorica Mae Besom, avtorja slikanice Kaj storiš s problemom?, sta ustvarila še eno slikanico, ki govori o otrokovem spoprijemanju z življenjskimi izdigi. Ker še nima veliko izkušenj, ga lahko prestraši celo tako običajen izziv, kot je priložnost, da se z nekom spozna. Čeprav si želi prijateljstva, priložnosti raje ne zgrabi, kot da bi bil... Prezrt? Zavrtnjen? Zasmehovan? V nadaljevanju slikanica "priložnost" prikaže vizualno, kot zlato svetlobo. Zadržanemu in sramežljivemu otroku najprej pomaga razumeti lastna čustva, nato ga obzirno, spodbudno in modro usmeri na pot, ki ga bo pripeljala do uspeha. Založba BP.



## Hrana za zdravje družine

Mojca Vozel, avtorica priročnika, ki svetuje, kaj jesti za krepitev razvoja, zdravja in odpornosti vse družine, izhaja iz antropološkega zornega kota, kar ji omogoča globlji uvid na vpliv prehrane. Knjigo sestavlja pet poglavij. Začne se z razvojno hrano, sledita drugo in tretje poglavje o delovanju hrane na imunski sistem in dolgoročno zdravje. Četrto poglavje analizira mleko v prehrani, peto pa, kako odnos do hrane vpliva na zdravje. Avtorica razloži učinek izbora določene hrane, pove, da vse ne ustreza vsem, in priporoči za vsakogar modro izbiro, pri tem pa opozarja na različne potrebe članov družine od dojenčka do odraslega. Založba Zavod Hrast.

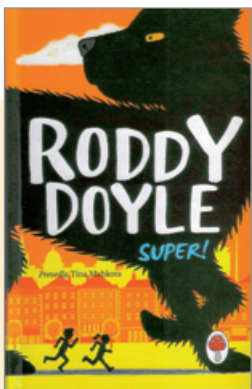
## Čemaž, vanež in česnovi peski

Čemaž in vanež, vrsta divjega česna, ki raste nad 1.300 m nadmorske višine, navdušujeta vse, ki prisegajo na divjo hrano zaradi njenih prehranskih, blagodejnih in zdravilnih lastnosti, pa tudi zato, ker sta kulinarčna poslastica. Česnovi peski (izpuljena česnova stebelca) ali pški pa so del primorske kulinarčne tradicije. Knjiga Avgusta Miklošiča je priročnik o naštetih rastlinah, o njihovi rabi v zdravilne namene in hkrati obsežna kuharska knjiga s slastnimi recepti, ki bodo navdušili tudi sladokusce. Naj omenim le namaze, kruh, omleto, štrukeljce, njo-ke, karpačo..., ki jim vsi trije česnovi sorodniki v različnih kombinacijah dodajo enkratni okus. Založba Kmečki glas.



## Super!

Ko se priseli v družino stric Ben, Gloria in Ray spoznata, da se je njun najboljši stric na svetu okužil z globoko potrtoj. Njega in še mnoge odrasle v Dublinu je dobil v kremplje strašni črni pes depresije. Ker babi pravi, da bi Bena rešilo le, če bi znova našel veselje, otroka skleneta, da bosta poiskala čarobno piščal, ki prinaša veselje in odganja hudobnega črnega psa. Super! Piščal iščeta naprej sama, nato še s pomočjo prijateljev in na koncu celo živali... Otroški roman tenkočutno spregovori o depresiji, o tem, kako se pred njo varovati in kako pomagati bližnjim, ki se znajdejo v njenem uničujočem primežu. Roddy Doyle, založba Zala.



## Na begu

Pretrajljiva, a kljub vsemu optimistična slikanica pripoveduje o begunstvu. Deklica na naslovnici k sebi stiska medvedka. To je vse, kar je ostalo od doma, mesta, prijateljev, igre, šole... Vse je uničila vojna, ostal ji je le hromeč strah. Potem mala begunka v čolničku prepluje morje. Znajde se v deželi, kjer ni vojne, a ji je vse tuje. Le počasi se zave, da v novi deželi sije isto sonce kot doma in da bo morda tudi tu našla prijatelje. Topla slikanica Pimma van Hesta spodbuja otrokovo razumevanje begunstva in empatijo. Širi mu obzorja, izjemno lepe ilustracije Arona Dijkstra pa odlično posredujejo ves čustveni lok zgodbe. Založba Celjska Mohorjeva družba.



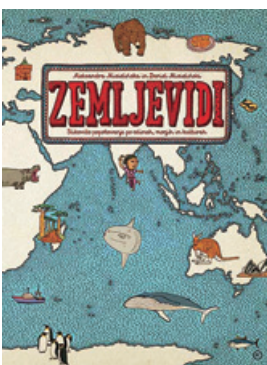
## Zdravilna moč začimb za otroke

Začimbe niso le dodatek, ki odišavi jed in ji obogati okus, saj vsebujejo snovi, ki vplivajo na zdravje in počutje. Že ščepec začimb, ki jih najdemo doma, na vrtu, v naravi ali na lokalni tržnici, kot so cimet, čebula, črna kumina, hren, čemaž, česen, ingver, melisa ali origano, naredi veliko razliko. Poglobljen in obširen priročnik, ki sta ga napisali ugledni domači strokovnjakinji Sabina Topolovec in Sanja Lončar, podrobno razloži učinek začimb in svetuje, kako jih uporabiti za podpiranje zdravja in za zdravljenje. Na primer, če je otrok zaprt, če dobi zajedavce, če ima težave z zobki, s kožo... Svetuje tudi glede odmerjanja in najboljšega nabora jedi za otroke. Založba Jasno in glasno.



## #šefinja

#šefinja je gibanje, ki ga je začela Sophia Amoruso, ustanoviteljica, lastnica in šefinja podjetja Nasty Gal. (Kdor ne ve, kaj to je, ga lahko aretira modna policija.) Knjiga je njena pripoved o vzponu podjetja in o osebni preobrazbi od potepuške najstnice brez prebite pare, ki se je odločila, da bo na e-bayu prodajala vintage oblačila, do tedaj, ko je s svojim poslom obogatela. Ne, ni šlo le za srečo, pravo idejo, mesto in trenutek. Šlo je tudi za osebne kvalitete, predanost in dobre poslovne odločitve. Njena pripoved se bere kot zbir dobrih idej, kako izboljšati svoje delo na kateremkoli področju, da boste tudi vi #šefinja. Založba Učila International.



## Zemljevidi

Atlas slikovnih zemljevidov otroka popelje na domišljisko popotovanje okrog sveta, po vseh celinah, morjih in kulturah. Na 55 zemljevidih so izredno prikupne drobne ilustracije, ki prikazujejo poglavitne zanimivosti. Otrok, na primer, s prstom potuje po Islandiji, med vulkani, gejzirji in slapovi. Vidi, kje živijo tjujnji, kje gnezdiyo sive gosi in kje se pasejo losi, kje bi nabiral sladke mahovnice in katere ribe bi lovil. Pri vsaki državi spozna dva otroke z značilnima imenoma, narodno nošo, slavne rojake, značilne jedi, posebne običaje in znamenita mesta. Predstavljenih je 46 držav na 7 celinah. Aleksandra Mizielinska, Daniel Mizielinski, založba MK.

## Wohllebnov vodnik po gozdu

Peter Wohlleben je tisti nemški gozdar, ki je zaslovel s Skrivnim življenjem dreves. V tem vodniku na enako zanimiv, bralcu prijazen način predstavlja živali in rastline v gozdu. Izbral jih je 250, vsaka pa je predstavljena na eni strani, s sliko, opisom in besedilom. Besedila govorijo o značilnosti posamezne živali ali rastline, nato pa jo povežejo na avtorjev značilno privlačni način v širši uvid, kako gozd deluje kot tesno povezana celota. Na primer, pri določeni vrsti praproti razloži, zakaj je ne najdemo v sožitju z bukvami, pri bukvi, zakaj je v bukovem gozdu na vroč dan do 10°C hladneje, pri sivem volku, zakaj koristi gozdu... Založba MK.



## Vedno lačni?

Avtor dr. David Ludwig je endokrinolog, zato ve, zakaj večina diet za zniževanje prekomerne telesne teže ne deluje. V priročniku predstavi svoj program za zdravje, s katerim zmanjšamo hrepenenje po hrani in reprogramiramo svoje maščobne celice, da shranjujejo manj kalorij. Posledično se na telesu nabira manj maščobnih zalog in zato trajno shujšamo. Program ne zahteva omejevanja kalorij, zahteva pa trajno spremembo prehrane in izbor kvalitetne hrane. Prvi del priročnika razloži, kako telo deluje, drugi predstavi "progam za zdravje", v tretjem pa so recepti, ki potešijo lakoto, z njimi pa premagamo kilograme in okrepijo zdravje. Založba MK.



## Izumitelji

Tehniška založba Slovenije v zbirki "Ljudje, ki so spremenili svet" predstavlja izjemne osebnosti. Izbranih je 16 izumiteljev (začne z Arhimedom), vsakega pa predstavi na dveh straneh. Na kratko povzame njihovo življenjsko pot, s poudarkom na tistem, kar jih je privedlo do izuma. V okvirčku je na razložen njihov najpomembnejši izum, naštet pa so tudi vsi ostali izumi. Med izumitelji je, na primer, Nikola Tesla, ki je s proučevanjem elektrike izumil, kako jo lahko uporabimo. Brez njegovih izumov bi bil danes svet povsem drugačen. Knjiga ima živahne ilustracije, celota pa je zanimiva tudi odraslemu. Miloš Mijatović, ilustracije Mijat Mijatović.



## Dobro spi!

Zbirka Mali učbeniki preživetja, ki izhajajo pri Celjski Mohorjevi družbi, so majhni le po priročni velikosti in imenu. Po temah, ki jih obravnavajo, in po vsebini - so pač veliki. Tokrat je tema spanje oziroma nespavanje. Ko ne moreš toniti v sen kljub utrujenosti, ko te obiščejo more in ko se prebudiš sredi gluhe noči, potem pa pridejo najbolj črne misli. Avtorica Claudia Cross-Müller je zdravnica, nevrologinja in psihoterapevtka, zato kompetentno svetuje 12 preprostih vaj, ki delujejo takoj, so zabavne in jih lahko naredi vsakdo. Vaje kažejo prikupne ovčke ilustratorke Kai Pannen. Ob vajah pa je tudi pojašnilo, kako in zakaj učinkujejo.



## Zeliščni vrt - domača lekarna

Če si želite imeti svoj lastni zeliščni vrt, če ga načrtujete ali pa ga imate, pa bi ga radi izboljšali ali pa le izvedeli več o zeliščih in njihovi rabi, vam bo v veliko pomoč dopolnjena izdaja priročnika Janka Rodeta, ki je izšla pri založbi Kmečki glas. V uvodnem delu so poglavja o načrtovanju zeliščnega vrta, najbolj smotni zasaditvi, gojenju in negi rastlin, uporabi in shranjevanju zelišč ter njihovih pripravkov. Osrednji in najobširnejši del priročnika pa poglobljeno predstavlja rastline od A do Ž - s sliko, z opisom rastline in njenih zdravilnih lastnosti ter s predlogom pripravkov in uporabe. V priročniku bodo našli nasvete začetniki in tisti, ki o zeliščih že veliko vedo.

## Drugačna barva neba, 2. del

Roman je postavljen v prihodnost, ki ni prav veliko oddaljena od našega časa. Celoten planet Zemlja je prizadela svetovna katastrofa, brez števila eksplozij, uničenje, ki so mu sledili potresi, požari, epidemije... Večina ljudi je umrla. Na izoliranem otroku pa živi skupina preživelih, ki se trudi znova zaživeti v skupnosti, ustvarjeni po sili razmer. Nekaj je domačinov, nekaj vojakov, nekaj izgubljenih turistov. Joshu sta po katastrofi ostali le hčerka in hiša, Mii trije otroci. Najprej se zblizata po sili razmer, nato med njima vzbrsti ljubezen. Toda težko je že samo preživeti, za povrh pa so v koloniji tudi ljudje, ki vedo nekaj več... Nejka Štiglic, založba Primus.



## Stopimo v zdravilno svetlobo družinske duše

Delavnice "Postavitev družine" (Boštjan Trtnik) udeležence usmerijo na pot ozaveščenosti o sebi in o svoji družini, jim omogočijo duhovni razvoj in pomagajo pri reševanju težav na življenjski poti. Pomagajo osvetliti in razplesti vir težav, ki nas ovirajo, da bi zadihali polno in zaživel bolje, bolj smiselno in zadovoljno. Maja Korošak je zbrala 12 pričevanj udeležencev delavnic. Razgrinja 12 življenjskih poti, 12 navdihajočih intimnih izkušenj o izboljšanju življenja, ki nas vabijo, da se na enako pot podamo še sami. Stopimo v zdravilno svetlobo, še preden pričnemo oblikovati svojo lastno družino ali čim prej, ko je otrok rojen! Založba Postavitev družine.

