

И С КАЖДОЙ ОСЕНЬЮ Я РАСЦВЕТАЮ ВНОВЬ...

Дни все короче, на улице все холоднее, в окна стучит холодный дождь. И к нам на помощь спешат добрые, теплые, мудрые книги. Сотрудница библиотеки имени Горького Олеся Гарус подготовила специальную подборку произведений, которые помогут менять к лучшему себя и мир вокруг.



Фэнни ФЛЭГГ ЖАРЕННЫЕ ЗЕЛЕННЫЕ ПОМИДОРЫ В КАФЕ «ПОЛУСТАНОК» 18+

МБУК ЦГБ им. М. Горького, абонемент, ул. Крупской, 8

Эвелин - женщина 48 лет, которая окончательно потерялась в этой жизни. Ее игнорируют сын и муж, она в депрессии. И ей кажется, что ничего хорошего в ее жизни уже не произойдет.

Но беседа с Вирджинией, живущей в доме престарелых, полностью меняет ее жизнь. Эвелин с большим удовольствием слушает истории старушки о прожитых годах, которые та очень хорошо помнит.

Книга Фэнни Флэгг пропитана теплом и придется кстати тем, кто подвержен осенней хандре.



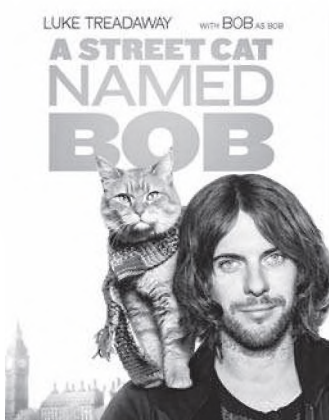
Джоанн ХАРРИС ШОКОЛАД 16+

Городская библиотека им. Р. Солнцева, ул. Ленина, 3
МБУК ЦГБ им. М. Горького, абонемент, ул. Крупской, 8

Эта книга окутает вас своей теплотой. Раскрыв ее, вы как будто тут же окажетесь завернутым в теплый глед, с теплыми вязаными носочками на ногах и кружкой горячего шоколада в руке.

Эта книга о счастье и о том, как люди боятся быть счастливыми. Она обо всех - о наших родственниках, соседях, друзьях.

Но не стоит читать эту книгу тем, кто сидит на жесткой диете или ограничивает себя в сладком: книга пропитана шоколадной атмосферой и соблазняет съесть не одну дольку.



Джеймс БОУЭН УЛИЧНЫЙ КОТ ПО ИМЕНИ БОБ» 12+

Городская библиотека им. Р. Солнцева, ул. Ленина, 3
МБУК ЦГБ им. М. Горького, абонемент, ул. Крупской, 8
Библиотека им. Д. Хармса, Ленинградский проспект, 73

Не проходите мимо бездомных животных, они могут изменить вашу жизнь. И эта книга - яркое тому подтверждение.

Уличный музыкант Джеймс не видит никакого смысла в своей жизни. Но однажды он встречает возле своего подъезда уличного кота, который становится его ангелом-хранителем.

И теперь рядом с Джеймсом есть тот, перед кем он чувствует ответственность, ради кого стремится стать лучшей версией себя и сделать лучше мир вокруг. Добрая, простая, но увлекательная, основанная на реальных событиях, эта книга никого не оставит равнодушным.

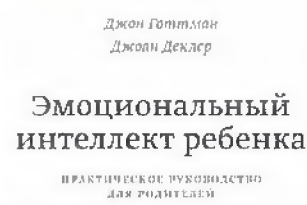


Элинора ПОРТЕР «ПОЛЛИАННА» 12+

МБУК ЦГБ им. М. Горького, абонемент, ул. Крупской, 8
Городская библиотека им. Р. Солнцева, ул. Ленина, 3
Библиотека им. Д. Хармса, Ленинградский проспект, 73
Городская детская библиотека им. А.П. Гайдара, пр. Курчатова, 11
Модельная библиотека им. С. Кучина, ул. Свердлова, 51А
Библиотека им. А. Беляева, Ленинградский проспект, 37
Библиотека № 9, п. Новый Путь, ул. Гагарина, 2А

Главный посыл книги - в любой ситуации, в любом событии нужно находить хорошее. С этой мыслью и живет главная героиня книги - Поллианна. На протяжении всей книги девочка ищет моменты для радости и учит этому окружающих ее людей.

Чаще всего мы не живем в моменте, ждем поводов для радости и счастья. Но Элинора Поттер с помощью Поллианны демонстрирует нам, что жить по-настоящему здесь и сейчас можно и нужно. Откройте эту книгу, и вы узнаете, как грустное превратить в веселое, плохое - в хорошее, а злое - в доброе.



Джон ГОТТМАН «ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ РЕБЕНКА» 16+

Модельная библиотека им. С. Кучина,
ул. Свердлова, 51А

Эмоциональный интеллект - важный навык, который необходим каждому человеку в современном мире. И чем раньше мы начнем учить детей распознавать свои и чужие эмоции, понимать и принимать их, тем ему будет легче взаимодействовать с окружающими.

Книга семейного психолога Джона Готтмана поможет родителям лучше понять поведение своего ребенка, научит обсуждать с ребенком его эмоции.

В ней автор рассказывает о важных шагах эмоционального воспитания, которые заложат основу для близких отношений между родителями и детьми.



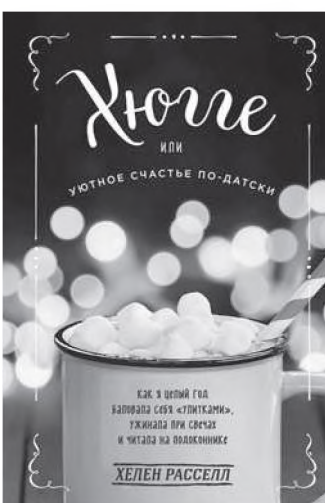
Сюзан ОРСИЛЬО «ОСОЗНАННОСТЬ ИЛИ ТРЕВОГА» 18+

Модельная библиотека им. С. Кучина,
ул. Свердлова, 51А
Городская библиотека им. Р. Солнцева,
ул. Ленина, 3

Как часто вы переполнены неоправданной тревогой и попадаете в абсолютный контроль эмоций?

Эта книга поможет вам пересмотреть свое отношение к тревоге: не избегать ее, а принимать. Книга наполнена примерами случаев из жизни. Почти в каждой главе есть интересные практические упражнения.

Книга мотивирует читателя, показывает ему, как мягко выйти из зоны комфорта и жить полной жизнью. Она научит вас лучше понимать себя, свои эмоции и желания, разобраться в жизненных приоритетах и ценностях.



Хелен РАССЕЛЛ «ХЮГЕ, ИЛИ УЮТНОЕ СЧАСТЬЕ ПО-ДАТСКИ» 18+

Городская библиотека им. Р. Солнцева,
ул. Ленина, 3

Эта книга - небольшое журналистское расследование о жизни в Дании.

Автор книги променяла Лондон и работу в крупном журнале на жизнь в маленьком датском городке с населением в шесть тысяч человек. Что значит «жить по-датски» и почему датчане считаются самыми счастливыми людьми в мире?

Ответ можно найти в этой книге. Во время чтения вы точно будете ощущать аромат датских булочек, теплого глиняного вина и свечей, а после прочтения останется прекрасное послевкусие. И сразу захочется поехать в Данию и лично убедиться в том, что датчане действительно очень счастливые люди.



Хэл ЭЛРОД «МАГИЯ УТРА» 12+

Городская библиотека им. Р. Солнцева,
ул. Ленина, 3

Книга, изменившая жизни тысяч людей. Хэл Элрод раскрывает секрет, с помощью которого можно изменить любую сферу жизни в лучшую сторону.

Все просто - это утренние ритуалы. Да, именно первый час дня помогает раскрыть ваш потенциал. От того, как вы начнете утро и проведете свой первый час - «залипнете» в телефоне, просматривая соцсети, или сделаете зарядку и посвятите 15 минут чтению книги - зависит весь ваш день. А из маленьких дней, в которых всего 24 часа, состоит вся ваша жизнь.

«Магия утра» - это не волшебная таблетка, после которой вы станете успешным, богатым и знаменитым. Но она точно поможет вам больше времени заниматься тем, что вам интересно. И, возможно, благодаря ей вы найдете время на то, чем давно хотели заняться: спорт, йогу, рисование, чтение, теннис, плавание и многое другое.