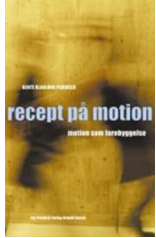


Peter Qvortrup Geisling: *Naturen på recept: din mentale sundhed er lige udenfor*

251 sider

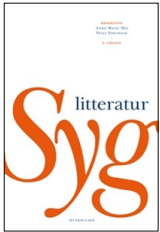
Lægen og journalisten Peter Qvortrup Geisling (f. 1962) fortæller om naturens betydning for den mentale sundhed, om egne naturoplevelser som barn og voksen og om ønsket om at overdrage glæden ved naturen til den næste generation.



Bente Klarlund Pedersen: *Recept på motion*

271 sider

Kredsløbskondition og stofskiftecondition også kaldet metabolisk fitness, er begreber der anvendes, når fysisk træning tilbydes som behandling af medicinske sygdomme.



Syg litteratur

216 sider

Skønlitterære tekster (digte, noveller og uddrag fra romaner) af danske forfattere, der handler om sygdom, behandling, pleje, omsorg og rehabilitering.

Svendborg Bibliotek
Svinget 1
5700 Svendborg
Tlf.: 62 23 50 00
www.svendborgbibliotek.dk

Åbningstider:

Mandag: 8.00 - 21.00

Tirsdag - torsdag: 8.00 - 19.00

Fredag: 8.00 - 17.00

Lørdag: 10.00 - 14.00

Søndag: 10.00 - 14.00 (1. okt. - 31. marts.)



Det litterære apotek



**KULTUR &
BIBLIOTEK**
SVENDBORG

Det litterære apotek

Ingen af os læsere er i tvivl om, at det er godt for os at læse skønlitteratur. Men er der særlige bøger, som er gode at læse, når man har halsbetændelse, ondt i maven eller kærestesorg?

Helt så simpelt kan det nok ikke stilles op.

Men kan læsning af skønlitteratur faktisk hjælpe os igennem livets forskellige kriser?

Vi giver vores bud på gode helbredende bøger og ikke mindst, bøger som kan øge vores kendskab til og forståelse for andres og egne lidelser.

Vi ordinerer the, tæppe og en god bog 😊



Lisa Genova: *Stadig Alice*

318 sider

Alice er professor ved Harvard og får som 50-årig konstateret Alzheimers sygdom. Vi følger, også fra Alice's synsvinkel, omverdenens reaktion og hendes egen angst og tiltagende mentale opløsning. Alice's sygdom får dog også familien til at samles i kærlighed om hende.



Beate Grimrud: *En dåre fri*

483 sider

Espen, Erik og Emil er en del af Elis liv. Det er stemmer, der følger hende overalt. Nye kommer til. Terapeuten Jonatan forsøger at hjælpe Elin med at leve livet og håndtere stemmerne.



Mark Haddon: *Den mystiske sag om hunden i natten*

281 sider

Christopher er 15 år gammel og autist. Han fortæller selv historien om, hvordan han opklarer mordet på naboens hund, selvom han afviger fra det normale: super-intelligent og meget anderledes med udtalt berøringsangst.



John Green: *Skildpadder hele vejen ned*

282 sider

Sygdom skal helst være en historie der fortælles i datid, tænker 16-årige Aza Holmes. Tvangstanker og en alvorlig OCD sygdom fastholder hende dog i nutiden, hvor meget umage hun end gør sig. Men så møder hun Davis.



Leonora Christina Skov: *Den der lever stille*

374 sider

Forfatteren Leonora skriver efter sin mors død historien om sit liv med moderen og uden moderen. Moderen som aldrig ville acceptere, at hendes datter er lesbisk.



Tina anbefaler:



Nina George: *Det litterære apotek*

395 sider

Jean Perdu ejer en flydende bogbutik i Paris og har længe hjulpet andres nødstedte følelser, men nu må han dog efter 20 år endelig forsøge at kurere sit eget knuste hjerte.



Michael Josephsen: *Knæk*

93 sider

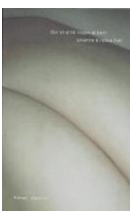
Digte om at blive indlagt på den lukkede afdeling med psykiske problemer og frygte cancer som en livstruende sygdom.



Zenia Johnsen: *Hjerneskelv*

110 sider

Selvbiografisk roman om eftervirkningerne af forfatterens fald nedad en trappe.



Johanne Kirstine Fall: *Der er altid nogen at befri*

245 sider

21-årige Katrina bliver indlagt på Odense Universitetshospital med anoreksi. Romanen følger hende i hendes kamp mod vægten og kroppen i hendes 3 måneders ophold der.



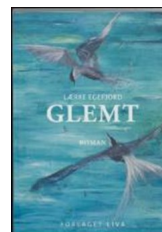
Thomas Bredsdorf: *Tøsne og Forsytia*

231 sider

Thomas Bredsdorff (f. 1937) beretter om sit og ægtefællen Lenes liv, efter hun i 2012 fik konstateret Alzheimers sygdom.



Anne anbefaler:



Lærke Egefjord: *Glemte*

225 sider

Efter længere tids stress og ubehagelig opførsel får lægen Daniel konstateret Alzheimers, og hans kone Annemette må træde til og overtage føringen. Men hvornår må man acceptere nederlag mod en uheldelig sygdom?



Maja Lucas: *Katrines hånd*

99 sider

59-årige Katrine har masser af livsmod, men er terminalt syg af kræft og tilbringer sin sidste tid sammen med den lidt rodede, sammenbragte familie. Hendes voksne steddatter Sarah observerer, reflekterer og fortæller med kærlighed og nærvær.



Trisse Gejl: *Ulvkvinten*

253 sider

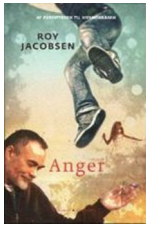
Zoe er mor til Frederik og veninde med Beate. Gradvist går Zoe i sort, mens afgrunden bliver beskuet af Zoes nærmeste.



Jeannette Wallis: *Glasslottet*

388 sider

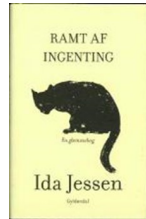
Jeannette Wallis, en kendt amerikansk journalist, fortæller om sin barndom og opvækst med en alkoholisk og genial far og en mor, som var kunstner. Familien var hjemløs og omrejsende og først som teenager kunne forfatteren sammen med sine søskende bryde ud af familien og starte på et normalt liv med skolegang og uddannelse.



Roy Jacobsen: *Anger*

253 sider

Hans Larsen er 72 og netop løsladt fra fængslet. Hans tanker kredser om hans voksne datter Marianne, som han ikke kan få sig til at opsøge. Marianne tænker også på faderen, og hver især får de andre til at holde lidt øje med den anden.



Ida Jessen: *Ramt af ingenting*

67 sider

Et gammelt kærlighedsforhold ender brat. Fuld af sorg og vrede køber bogens kvindelige jeg et nyt hus, der ligger midt i en vildtvoksende have. Efteråret og hverdagene tager langsomt over. Mens hun får styr på ukrudt, træstubbe, hække og roser, begynder hun at stille spørgsmål, og midt i kaos oplever hun, at der er en følelse af frihed og lettelse. Spørgsmålet er, om svaret på det hele kan være: ingenting.



Linda Olsson: *En søster i mit hus*

176 sider

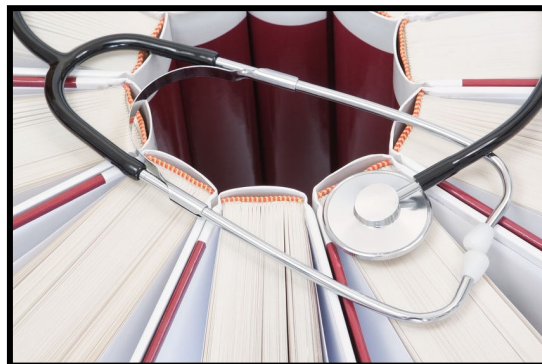
Søstre Maria og Emma har ikke set hinanden i årevis, men gennem deres samtaler får de løsnet op for fortællinger og misforståede følelser.



Caroline Albertine Minor: *Velsignelser*

237 sider

Noveller om sorg og sorgbearbejdelse. Om at miste og at finde trøst.



Nanna anbefaler:



Maria Gerhardt: *Transfervindue*

90 sider

I Nordsjælland lever de terminal syge afsondret fra resten af samfundet i et stort hospice fyldt med luksus.



Tom Malmquist: *I hvert øjeblik er vi stadig i live*

287 sider

Toms kæreste dør akut af leukæmi efter at have født en datter ved kejsersnit. Tom står tilbage som alenefar med et nyfødt barn og skal både håndtere sin sorg og de dæmoner, han har med sig fra barndom og ungdom.



Einar Mar Gudmundsson: *Universets Engle*

221 sider

Psykologisk skildring af en skizofren ung mands ensomme tilværelse, hans lammende familietraumer, de få møder med lykken og hele hans oplevelse af virkeligheden som splintret og vanvittig.



Naja Marie Aidt: *Har døden taget noget fra dig, så giv det tilbage*

155 sider

I digte og tekst beskriver Naja Marie Aidt kærligheden til sin søn Carl, og sorgen efter hans død i en alt for ung alder.



Line Knutzon: *Camille Clouds brevkasse*

153 sider

Den fiktive brevkasseredaktør Camille Cloud tager verden under kærlig behandling, og alle får det uforskammede svar, de forventer. Camille Cloud er opfundet til en anden lejlighed, men får her lov at folde sig ud.