**Kirjapajan keväässä hyvinvoinnin, terveyden ja hyvän elämän aiheita**

Kirjapajan kevään 2020 tuotanto sisältää runsaasti hyvinvoinnin ja elämäntaidon aiheita, mm. onnellisuuden, joutilaisuuden ja hiljentymisen taitoja, ihmissuhdepohdintaa, vertaiskokemuksia, sisäisen kasvun ja elämän tarkoituksen etsintää. Kevät on myös muistamisten, lahja- ja runokirjojen aikaa.

**Wendy Mitchell** kertoo kansainvälisessä menestysteoksessaan **Joku jonka tunsin – Minä ja Alzheimer** elämästään diagnoosin jälkeen – miten elämä muuttui, kun hän alle 60-vuotiaana kuuli sairastavansa etenevää muistisairautta. (3/2020)

**Tuija Siljamäen** teos **Kuokkavieraita – Diabetes, allergia ja meidän perhe** tarjoaa kaivattua vertaiskokemusta perheille, joissa lapsi sairastaa. (1/2020)

**Satu Kaski** ja **Vesa Nevalainen** johdattavat laiskottelun ja joutilaisuuden taitoon teoksessaan **Miksi kannattaa (välillä) olla tekemättä mitään?** (1/2020)

Ajankohtainen uniteema on esillä kahden uudistetun laitoksen myötä: **Markku Siivola, Unien opissa – Unet itseymmärryksen palveluksessa** (1/2020) sekä **Soili Kajaste** ja **Juha Markkula, Hyvää yötä – Apua univaikeuksiin** (1/2020).

**Minna Martinin ja Petra Saarirannan Mielelläni kehossani – Kohti hyväksyvää suhdetta itseen** käsittelee kehosuhdetta, pohtien muun muassa, miten kehosuhde voi syventyä ja muuttua eri elämänvaiheissa. (3/2020)

**Tuula Vainikaisen** **Nivelet kuntoon – Elämää ennen ja jälkeen tekonivelten** sisältää tietoa nivelkunnosta, vaivojen ennaltaehkäisystä ja leikkaushoidosta, niin lääketieteen ammattilaisten kuin kokemusasiantuntijoiden kertomana. (3/2020)

Hyvinvointia ja luonnon hoitavaa voimaa ammennetaan **Tuomo Salovuoren** vinkein kirjassa **Luonnon lahjoja – Hyvinvointia jokaiseen päivään**. (3/2020)

**Johanna Tanskan** ja **Juha Tanskan** **Lempeä linssi – Valokuvaus tienä hiljaisuuteen** käsittelee läsnäolevaa valokuvausta ja sen metodeja. (3/2020)

**Eija Nurmion** ja **Mari Vainion** retriiteistä kumpuava teos **Aikaa hiljaisuudessa** johdattaa hiljentymiseen, pysähtymiseen ja sisäisen kasvun äärelle. (3/2020).

**Kalevi Virtasen** **Vapaa pudotus armoon – Kirja ihmiseksi kasvamisesta** kertoo matkasta ihmisenä ja kristittynä. Kuka olen, mikä on elämäni tarkoitus? (1/2020)

**Kristiina Harjulan** **Loukossa – Elämää alkoholistin läheisenä** tuo kuuluviin läheisten vaiettuja tuntoja ja kokemuksia päihderiippuvuuden varjosssa. (4/2020)

**Kirsi Hiilamo** ja **Heli Pruuki** pohtivat teoksessaan **Aina tytär, aina äiti** aikuisen naisen moni-ilmeistä suhdetta omaan äitiin. (4/2020)

Kevään lahjakirjoissa on runsas valikoima muistamiseen ja onnittelutervehdyksiin sopivia kotimaisia ja käännöskirjoja. **Outi Virtasen** suosittu *Pienen oma kirja* saa jatkoa: **Pienen seikkailijan kirja** **– Kun minusta tuli isompi** (4/2020)

**Anna-Mari Kaskisen** runot puhuvat ikääntymisestä, vanhenemisen monista sävyistä ja elämänkokemuksen arvosta teoksessa **Sitten kun olen vanha.** (Ilmestynyt)

**Pia Perkiöltä** julkaistaan odotettu kokoomateos **Kuin olisi jo kevät – Valitut runot**. Siinä on hänen rakastetuimpia runojaan viideltä vuosikymmeneltä. (2/2020)

Muita kotimaisina tekijöitä ovat mm. **Eeva Eerola** ja **Risto Kormilainen**.

Viiden vuoden välein julkaistavan **Nuoren seurakunnan veisukirjan** on toimittanut **Tommi Kalenius.** Vuoden 2020 laitos sisältää 130 uutta ja vanhaa laulua,monipuolisena tämän päivän nuoren elämää puhuttelevana kokoelmana. (Ilmestynyt)

**Liitteenä** Kirjapajan kevät 2020, word ja pdf.

Linkki sähköiseen luetteloon:

<https://issuu.com/kirjapaja/docs/kirjapaja_keva_t_2020>

**Lisätietoja**: Kirjapaja, viestintäpäällikkö Marja-Liisa Saraste, marja-liisa.saraste@kirjapaja.fi. 09 6877 4568 tai 040 553 4757.

**Arvostelukappaleet:** Minna Vatja, minna.vatja@kirjapaja.fi