

## Od kod ime srečanj?

Poljudnoznanstveno gradivo obsega velik del knjižnične zbirke, marsikdo pa le redko poseže po njem.

Zato kar pogumno v prvo nadstropje, »na vrh stopnic«, kjer se vam bo odprl zanimiv svet raziskovanja in znanosti.



### Več informacij:

ODDELEK ZA ODRASLE S STROKOVNIM GRADIVOM:

☎ 05 33 09 113

✉ ana.kosic@gkfb.si



## Na vrhu stopnic

Vabimo vas, da se nam pridružite na tematskih srečanjih **Na vrhu stopnic**, kjer je v ospredju želja po raziskovanju in pridobivanju novega znanja.

### Kako bodo potekala srečanja?

Srečali se bomo štirikrat letno. Na vsakem srečanju se bomo pogovarjali o določeni temi, s katero se boste lahko predtem seznanili z branjem priporočenih knjig.

Vsakič nas bo obiskal gost, poznavalec obravnavane tematike. Postavili mu boste lahko različna vprašanja, s tem pa pridobili globlji vpogled v temo pogovora in vsebino prebranih knjig.

Druženja so priložnost za izmenjavo mnenj, pogovor s strokovnjakom ter pridobivanje novih znanj, ki bogatijo naše razumevanje sveta.

## KDAJ BO DRUGO SREČANJE?

Vabljeni na drugo letošnje srečanje **Na vrhu stopnic**, ki bo v ponedeljek, **4. maja 2026**, ob **17. uri** v avdio-video sobi. Pogovarjali se bomo o **duševnem zdravju**, ki pomembno vpliva na naše počutje, odnose, odločitve in splošno zdravje. Z nami bosta **Tjaša Markič Černuta**, dr. med. spec. psihiatrije in **mag. Katja Kodelja**, univ. dipl. psih., spec. klinične psihologije iz Centra za duševno zdravje odraslih Nova Gorica.

### Priporočilni seznam:

- 159.9 BONČINA T. Izgorelost: si upate živeti drugače?
- 159.9 SALTZ G. Moč različnosti: vez med duševno motnjo, nadarjenostjo in genialnostjo
- 159.9 (psih otr.) HAIDT J. Tesnobna generacija: kako velika preusmeritev otroštva povzroča epidemijo duševnih bolezni
- 616 (duševnost) DEBELJAK T. Povezanost igranja video iger z duševnim zdravjem
- 616 (duševnost) DERNOVŠEK M. Z. Stres in anksioznost
- 616 (duševnost) EIVORS A. Lačni razumevanja: priručnik, ki naj mladim pomaga razumeti in premagati anoreksijo nervozo
- 616 (duševnost) HANSEN A. Ko možgani bluzijo: odveza vsem, ki ste depresivni in tesnobni

Več naslovov s priporočilnega seznama lahko dobite na naši domači strani:

[www.gkfb.si/za-uporabnike/  
bralne-skupine/  
2094-na-vrhu-stopnic](http://www.gkfb.si/za-uporabnike/bralne-skupine/2094-na-vrhu-stopnic)

