

Październikowe Hity Czytelní

Jak żyć w świecie kłamstwa

Współczesny świat stawia przed człowiekiem nowe wyzwania. Nigdy nie żyliśmy w takim chaosie informacyjnym jak teraz. Ujawniając w sieci nasze poglądy stajemy się łatwym celem manipulatorów. Fake newsy, niepotwierdzone wydarzenia, manipulacje, farmy trolli karmiące nas propagandą... Sensacyjna dezinformacja rozchodzi się jak mówią badania sześć razy szybciej niż prawda. Człowiek gubi się i nie wie w co ma wierzyć, a w co nie? Gdzie znaleźć wiarygodne informacje i komu zaufać? Co jest faktem, a co naciąganą wersją zdarzeń? I przede wszystkim jak chronić się przed kłamstwem, które dzisiaj tak doskonale przebiera się za prawdę?

Na te, oraz inne pytania można znaleźć odpowiedzi w artykule, a może raczej raporcie, który dzisiaj rekomendujemy. Można również znaleźć informację, gdzie jest możliwość zweryfikowania wiarygodności podawanych w sieci informacji i gdzie szukać pomocy jeśli czujemy się manipulowani. Artykuł niezwykle ważny i potrzebny. Polecamy!

Nowe szaty kłamstwa /Agnieszka Litorowicz-Siebert // Twój Styl. - 2023, nr 10, s. 85-92

Co warto przeczytać

Relacje między rodzicami, a dziećmi bywają różne. Idealny styl życia rodzinnego składa się z serdecznych stosunków między samymi rodzicami, między rodzicami a dziećmi, a także między samym rodzeństwem. Relacje w rodzinie powinny być oparte na wzajemnym porozumieniu, szacunku, zaufaniu i lojalności. Jednak w życiu codziennym relacje te bywają bardziej skomplikowane, a nawet trudne i bolesne. Przyczyny, dla których dorosłe dzieci zrywają kontakt z rodzicami są różne. Bardzo często – w grę wchodzi żal spowodowany trudnym dzieciństwem i dorastaniem. Nie zawsze musi być to sytuacja graniczna taka jak m.in. porzucenie, molestowanie seksualne, przemoc fizyczna i psychiczna. Niemniej jednak coraz częściej dzieci odrzucają rodziców. I to jest tematem tabu. Rodzice bardzo wstydzą się tego. Nie rozmawiają o tym z rodziną i przyjaciółmi. Boją się osaczenia, że zrobili dziecku coś okropnego, bo przecież nikt bez powodu nie zrywa kontaktu.

Jak się odnaleźć, w tej trudnej rzeczywistości? Jak sobie pomóc? I co można zrobić aby naprawić relacje dorosłych dzieci i rodziców, o tym właśnie jest artykuł, który dzisiaj rekomendujemy.

Od dzisiaj się nie znamy /Alina Gutek // Zwierciadło. - 2023, nr 10, s. 48-53

Zdrowie/Serce/Kobieta

Uczucie gorąca, zgaga, osłabienie, niestrawność, choć brzmią zupełnie niegroźnie, mogą oznaczać zawał mięśnia sercowego. Kobiety zawał serca może być wyjątkowo podstępny i wcale nie musi objawiać się charakterystycznym bólem w klatce piersiowej. Objawy ataku serca u kobiet bywają bardzo zwodnicze, a panie często je bagatelizują.

Właśnie dlatego prawidłowa diagnoza bywa bardzo opóźniona lub nigdy się nie pojawia. Zawał serca u kobiet (a w trakcie menopauzy ryzyko znacznie wzrasta) jest jednym z najbardziej niebezpiecznych stanów zagrożenia życia. Statystyki mówią, że na choroby układu krążenia umiera więcej kobiet niż mężczyzn, a mimo to utarło się, że zawał to raczej sprawa męska. Zachęcamy do przeczytania artykułu, który z pewnością wyczuli zarówno lekarzy jak i pacjentki, aby bacznie obserwowały swój organizm i nawet, gdy objawy bywają nietypowe dla zawału serca brali poważnie je pod rozwagę.

Zawał w patriarchacie / Zuzanna Kufel // Wysokie Obcasy. - 2023, nr 10, s. 182-186