

Totes les vostres
recomanacions!

Sant Jordi amb
UCF 2024:

Llegir
ens fa bé!



Més de 350 persones heu donat les vostres recomanacions de llibres per aquest Sant Jordi 2024!

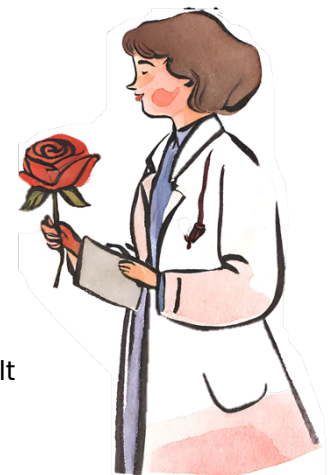
Us heu sumat al nostre repte per fomentar la lectura i el benestar. Entre tots i totes hem fet una llista ben llarga de llibres de tota mena que ens han fet riure o pensar, que ens han enamorat o ens han transportat a un món imaginari. Llibres que són refugi, que són casa quan estem estressats. Llibres que ens relaxen o que ens ajuden. Aquest és el vostre regal: desitgem que gaudiu d'una bona lectura!

PD: Veureu que algunes recomanacions es repeteixen més d'una i de dues vegades. Hem volgut deixar les vostres recomanacions tal qual, traieu-ne les vostres pròpies conclusions 😊

- **Democràcia i cura** de Joan Tronto: Per reflexionar sobre l'ètica de la cura
- **Unas galletas de muerte** de Joanne Fluke: És un thriller on el que perval és el crim i les pistes que porten a la protagonista a desxifrar-lo. M'ha mantingut molt enganxada a la lectura i per això el recomano.
- **Daddy** de Loup Durand: És una novel·la molt emocionant i amb girs inesperats, molt ben escrita.
- **La regla mola** de Ana Salvia y Cristina Torrón: És un llibre fantàstic per educar en sexualitat a les nenes i també ajudar-les a conèixer el seu propi cos. Unes il·lustracions precioses i un contingut molt cuidat i validat per psicòlogues i sexòlogues expertes en gènere
- **La sociedad de la nieve** de Pablo Vierci : Me ha hecho volver a confiar (un poco) en la especie humana
- **Lo bueno de tener un mal día** de Anabel Gonzalez: Te hace reflexionar sobre como reaccionas al día a día según tu estado de ánimo.
- **Ligero de equipaje** de Toni de Mello : Ves per la vida sense esperar res de ningú i tot el que rebràs serà un regal
- **TICA muntanya. Travessa Integral Catalana** de Joan Mirabet: Pels amants del senderisme. Per conèixer Catalunya.
- **El monje que vendió su Ferrari** de Robin Sharma: Es un libro de que proporciona ayuda, a buscar el propio bienestar físico, mental, emocional y espiritualmente.
- **¿Me está escuchando Doctor?** de Jerome Groopman: deshumanización entre pacientes y médicos y entre médicos
- **32 de març** de Xavier Bosch : Et fa viure la història com si fossis el protagonista
- **Criaturas luminosas** de Shelby Van Pelt: La soledad hace que la limpiadora y un pulpo se hagan amigos y la ayude.
- **La fortaleza de Dan Brown**: Toda la saga de libros de este autor es fascinante te hace adentrarte dentro de cada página de cada línea y poder imaginarte con sus descripciones como si estuvieras allí.
- **Pan de limón con semillas de amapola** de Cristina Campos: Me gustó la historia desde la primera página hasta la última. Cuenta la historia de dos hermanas que la vida ha separado, y como vuelven a reunirse gracias a una desconocida.
- **Francesca de Barcelona** de Laia Perarnau : Relata la vida d'una dona extraordinària que lluita en la Barcelona del S.XIV lluita per fer realitat el seu somni professional: ser metge. Una història real plena d'obstacles, amor, traïcions i passions.
- **Les calces al sol** de Regina Rodríguez Sirvent: Es una comedia sorprendente y muy dinámica, ¡¡tiene de todo!!
- **La Grieta del silencio** de Javier Castillo: porque te sumerges y te pierdes en la lectura como si de un laberinto se tratara.
- **Recupera tu mente, reconquista tu vida** de Marian rojas Estapé: Volver a conectar.



- **Invisible** de Eloy Moreno: Creo que todo el mundo niños adolescentes y adultos deberían gozar de esta gran obra de Eloy Moreno donde se trata el tema del bullying.
- **La enfermera del puerto** de Melanie Metzenthin: Dignifica i fa visible la professió d'infermeria
- **Fill d'un malparit** de Sorj Chalandon : El passat ens persegueix i per més anys que passin, tots necessitem justícia. "La veritat ens farà lliures".
- **Cómo hacer que te pasen cosas buenas** de Marian Rojas Estapé : TMV: Tu mejor versión.
- **Sin noticias de Gurb** de Eduardo Mendoza : És una obra d'humor surrealista que us farà riure i desconnectar del tot. I ajuda també a relativitzar la nostra vida quotidiana, amb una perspectiva de l'exterior.
- **Vides en cercle** de Cesc Cornet: Si deseas sumergirte en una novela espectacular, fácil de leer e imprevisible, te recomiendo esta obra.
- **Maldito Karma** de David Safier de David Safier: Es un libro cuya moraleja es: hacer el bien tiene su recompensa.
- **El forat que deixes** de Emma Mussoll: És una novel·la fàcil de llegir i que t'atrapa fins el final! A més a més escrita en català, que em va ajudar a practicar l'idioma que estic aprenent.
- **Orgullo y prejuicio**, de Jane Austen de Jane Austen: Costumbrista de una época, muy entretenida
- **Olvidado rey Gudú** de Ana María Matute: Mezcla literatura medieval, con fantasía, cuento de hadas. Es un libro extraordinario.
- **Solo quería bailar** de Greta Garcia: Un llibre per descansar la ment. Divertit, diferent i irreverent.
- **La trena (La trenza)** de Laetitia Colombani : És un llibre sensible i bonic, que obre la mirada a altres mons, que ens fa reflexionar amb una mirada femenina, commovedora i de llibertat.
- **Melocotón loco** de Megan Maxwell: Es un libro entretenido romántico y excitante.
- **Te veo en el cielo** de David Olivas: Hay una frase que tengo guardada que me encantó: "Si amas mientras vives, siempre te recordarán, aunque ya no estés aquí. Te encontrarán en cualquier recuerdo, en alguna canción o hasta en el aroma de una prenda"
- **Troba la teva persona vitamina.** de Marian Rojas Estapé: Recomano aquest llibre perquè em va ajudar a connectar amb la meva veritable essència i crec que pot guiar altres persones a trobar un profund autoconeixement i realització personal.
- **El regalo** de Eloy Moreno: Es un llibre que et fa reflexionar sobre si la vida que portes et fa feliç i si no és així t'encoratja a canviar.
- **L'ombra del vent** de Carlos Ruiz Zafón: És una novel·la , molt interessant, amb amor drama, viscuda a Barcelona. Amb molt sentiment. La recomano.



- **Bajo la puerta de los susurros** de T.J Klune: Este libro hace reflexionar sobre el final de la vida de una forma muy positiva
- **Que no te llien con la comida** de Javier Lurueña : Trobo un llibre molt interessant , he après moltes coses , ha sigut un gran descobriment !
- **UN ESTIU PER MORIR** de Lois Lowry : Em va ajudar a veure una altra de la mort vist positivament quan aquesta arriba en una edat molt temprana.
- **Quimaira** de Valerio Massimo Manfredi: Descubrir antiguos mitos y creencias europeas
- **Alas de sangre** de Rebecca Yarros: Superarte ante las adversidades.
- **Alta fidelitat** de Nick Hornby : Ens recorda que, sovint, de tot fet traumàtic en podem extreure quelcom bo per esperarçar-nos i seguir endavant fent allò que ens agrada i omple dia a dia.
- **Anatomia del mal** de Jordi Carrillo: Es un libro que te hace reflexionar acerca de la psique humana y los problemas psicológicos y sociológicos que se pueden dar.
- **La mujer habitada** de Gioconda Belli: Descubrir un mundo mágico
- **L'avi de 100 anys que es va escapar per la finestra** de Jonas Jonasson : Combina fets històrics amb molt d'humor
- **Confetti** de Jordi Puntí : Jordi Puntí escriu des del rigor de la seva genialitat i crec que pot ajudar que ens llencem a escriure la nostra història, que és singular i única
- **La doble vida de las hadas** de Santi Balmes: Varias historias cada cual más variopinta, delirante, divertida y transgresora. Ratons de humor con ficción.
- **El médico** de Noah Gordon: Es inspirador para jóvenes que tiene que buscarse la vida de bien pequeños y seguir un largo camino para conseguir su sueño.
- **Demà , i demà , i demà** de Gabrielle Zevin: És la nostra necessitat de connectar, d'estimar i de ser estimats.
- **La conspiración** de Dan Brown: Me lo leí del tirón, no podía soltarlo.
- **Déjame que te cuente**, de Jorge Bucay: Es un libro que nos ayuda a reflexionar sobre nuestras emociones.
- **Els beneficis de la lectura en veu alta** de David Bueno i Torrens : La importància dels petits gestos per l'educació dels nostres fills/lles.
- **Un cuento perfecto** de Elisabeth Benavent: Es una historia de amor muy bonita.
- **Aterratge** de Eva Piquer : A través del símil amb un aterratge a Islàndia, reflexiona sobre el propi "aterratge" personal després de la dura pèrdua d'un ésser estimat. La tornada al "món real" després de la pèrdua.
- **La Catedral del Mar** de Ildelfonso María Falcones de Sierra: Me transportó a la bella Barcelona del siglo XIV dónde el tema principal es la construcción de la Iglesia Santa María del Mar. Me conmovió la dura historia de Bernat y Arnau y disfruté cada una de las páginas que leía. ¡¡Gran libro!!!
- **Maldita Roma** de Santiago Postiguillo: Es muy interesante en cuanto a estrategias para alcanzar un objetivo y muy bien narrado.



- **La hora violeta** de Sergio de Molina : Entendre/acceptar la mort.
- **Tor, foc encès** de Carles Porta : Als que els hi agrada la muntanya i els true críme i si segueixen la historia de Tor i van llegir el primer sempre hauria de llegir aquest
- **Canto jo i la muntanya balla** de Irene Solà Sáez : Una increïble manera d'entrellaçar vivències diferents a través de l'elogi a la natura.
- **Todo arde** de Juan Gómez Jurado: Es adictivo, te engancha hasta el final. En la linea del autor.
- **El color de las cosas invisibles** de Andrea Longarela: Este libro ayuda para la autoestima, te enseña que el amor propio es lo más importante y que para poder querer a alguien tienes que quererte y aceptarte a ti mismo. El libro te enseña que es el amor sano, los procesos que tiene el duelo por una pérdida de un ser querido y apreciar las pequeñas cosas que no son tangibles, pero crean momentos que significan mucho emocionalmente.
- **Encuentra tu persona vitamina** de Marian Rojas Estapé: Creo que es necesario leerlo para nuestra salud mental y encontrar esa persona vitamina en tu vida.
- **Mamma (Un recorrido por el fascinante mundo de la mama)** de Sergi Ganau: Un recorrido riguroso pero ameno por el increíble mundo de la mama, desde el momento de su formación y pasando por todas sus fases. Acompaña esta explicación con numerosas referencias al arte y la cultura. Una manera muy amena de entender y comprender la visión científica de este órgano a través de la ciencia médica y el arte.
- **El poder de confiar en ti** de Curro Cañete: "Para ser feliz, tienes que quererte y confiar en ti, para confiar en ti mismo, tienes que comprender, interiorizar y saber que el poder siempre está dentro de ti, nunca fuera" Este libro me ayudado mucho, no solo en el ámbito personal, también en lo profesional y emocional, creo que la confianza en uno mismo es el nacimiento sobre el cual se construyen los sueños y se alcanzan las metas.
- **Dispara, jo ja estic mort** de Julia Navarro : Em va fer pensar molt i vaig entendre molt millor el conflicte entre Israelians i Palestins.
- **Diario de una geisha** de Arturo Golden: El sentimiento de una niña, de cómo tuvo que adaptarse a la situación para sobrevivir.
- **Ventana a nuestros niños** de Violeta Oaklander: Ayuda a los profesionales que trabajamos con niños a adentrarnos en su universo más íntimo y mejorar nuestra relación con ellos.
- **32 de març** de Xavier Bosch: És un llibre ideal per entendre l'empoderament i la superació davant l'adversitat, et fa gaudir i patir i tornar a gaudir, ¡¡és simplement genial!!
- **Patria** de Fernando Aramburu: Ayuda a entender muchos de los conflictos entre personas de diferentes ideales.
- **La conjura de los necios** de John Kennedy Toole: por el humor irónico que desprende.
- **El día que el Cielo se caiga** de Megan Maxwell: La unión de la amistad.



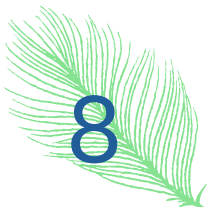
- **El misteri de l'habitació 266** de Joel Dickens: Intriga
- **La realidad y el deseo** de Luis Cernuda: La sencillez, vivir mejor, llevar mejor la realidad.
- **Mujeres que corren como lobos** de Clarissa Pinkola de Nueva York: Nos hace sentir la fuerza y el instinto de la mujer en el todo y relacionado a la naturaleza, a lo que tenemos dentro.
- **Un mundo feliz** de Aldous Huxley: Porque me impacto la visión de futuro que tuvo este filósofo.
- **Lectura fácil** de Cristina morales: Es un viaje divertido e impactante vivir de cerca las vidas de las protagonistas, sin duda la escritora consigue que el lector pueda vivir la historia de cerca.
- **Te deix amor la mar com a penyora** de Carme Riera: Lectura clara, pausada, que et porta a sentiments passats.
- **Durante la tormenta** de Pablo R Coca : Para ayudar aquellos que lo estan pasando mal.
- **La historia interminable** de Michael Ende: Pura fantasía.
- **El niño que se enfadó con la muerte** de Enric Benito: "La muerte no es la oscuridad, simplemente es apagar tu linterna porque ha llegado el amanecer" R.Tagore. Me hizo reflexionar sobre la fina línea que separa la vida y la muerte. A vivir el presente y exprimir la vida "
- **El arte de la guerra** de Sun Tzu: Es excelente para encontrar tácticas de negociación en tu vida de cada día.
- **Canto jo i la muntanya balla** de Irene Solà : És un llibre que és poesia, on els vincles entre uns personatges i altres semblen màgics
- **Una corte de llamas plateadas** de Sarah J. Maas: Es un libro de fantasía que también toca la salud mental y la autoestima.
- **El Alquimista** de Paulo Coelho: Me ayudó a ver lo importante que es valorar lo que tenemos, la vida en sí.
- **Las cenizas de Ángela** de Frank McCourt: Aunque es una historia en principio triste, está explicada desde el prisma de un niño y desde su inocencia, a veces es cómica.
- **Seny i Sentiment** de Jane Austen : Recomano aquest llibre perquè, malgrat els idil·lis amorosos que viuen les heroïnes, la veritable història gira al voltant de l'amor que es professen entre elles com a germanes a través d'una prosa delicada i entretinguda.
- **Vendidas** de Zana Muhsem: Este libro muestra la realidad de las mujeres en países no desarrollados
- **Hábitos Atómicos** de James Clear: Reconducción de hábitos.
- **Los renglones torcidos de Dios** de Tocuato Luca: Por su originalidad. Descompone cualquier idea predefinida sobre la mente humana.
- **L'home del vent** de Carles Ruiz Zafon: Es una llibre imprescindible i genial.
- **El amor en los tiempos del cólera** de Gabriel García Márquez: Un clásico de la literatura con una gran historia de amor.



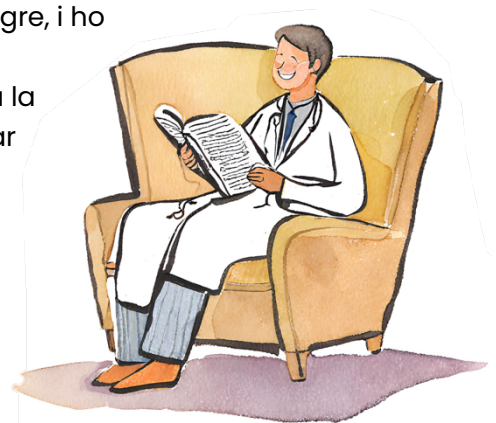
- **Les bruixes d'Arnes** de David Martí: Té tots els ingredients per atrapar: història, suspens, aventura, coneixement, frescor...
- **Petó de Diumenge** de Silvia Soler: Explica com van viure les parelles enamorades el començament del franquisme.
- **La verdad sobre el caso Harry Quebert** de Joël Dicker: La intriga de la trama que te atrapa
- **Radiografía de noia amb tatuatge** de Jordi Sierra i Fabra: Con este libro descubrí la pasión por la lectura.
- **Los renglones torcidos de Dios** de Torcuato Luca de Tena: Libro que te mantiene alerta en todo momento con un final que no deja indiferente.
- **Como matar a tu familia** de Bella Mackie : És divertit, però no sembla el que és.
- **El príncipe cruel** de Holly Black: Ser protagonista de tu propio sueño con hadas, ogros, príncipes crueles y una futura reina humana.
- **Diario para estoicos** de Ryan Holiday y Stephen Hanselman: És un bon company per recórrer el camí de la vida, perquè t'ajuda a sortejar els imprevistos.
- **Le dedico mi silencio** de Mario Vargas Llosa: Soc un fan incondicional de Vargas Llosa. No defrauda.
- **LA ISLA DE LAS MIL HISTORIAS** de Catherine Banner: Et transporta a una illa prop de Sicília, amb històries i secrets de les persones que allà viuen i amb petits relats que expliquen a l'únic bar "La Casa al Borde de la Noche"
- **Això també passarà** de Milena Busquets: Sobreviure com puguis, tot està bé
- **La bona sort** d'Àlex Rovira : Per tenir més benestar emocional.
- **Todos deberíamos ser feministas** de Chimamanda Ngozi Adichie : Es un libro para reflexionar sobre que es el feminismo y lo que comporta. da un mensaje de esperanza al hablar sobre la construcción de un mundo más justo y feliz, de reconstrucción a través de una educación sin "expectativas de género" desde la infancia.
- **Un cor de neu** de Anna Manso Munné: Com podem tornar a estimar, tancant les ferides.
- **LA TEVA SALUT COMENÇA AQUÍ.** Editorial: ROSA DELS VENTS de Xevi Verdaguer: Aquest llibre mostra els últims avenços científics que vetllen per la vida i la salut de les persones. Proporciona eines i consells per netejar l'intestí i el cervell. Explica la relació de la microbiota amb el cervell, amb el sistema immunitari i amb l'intestí. També els beneficis de seguir els ritmes circadians.
- **Ulls de nit** de Sílvia Cantos: Un llibre que arriba al cor.
- **Dime quién soy** de Julia Navarro: Me gustó mucho, porque paso en realidad.
- **El tren de la música.** Editorial: Redbook Ediciones de Teresa Torres : Un llibre palpitant sobre els primers anys de la música popular nord-americana, des dels seus orígens amb els esclaus africans fins als anys 60 a Anglaterra.



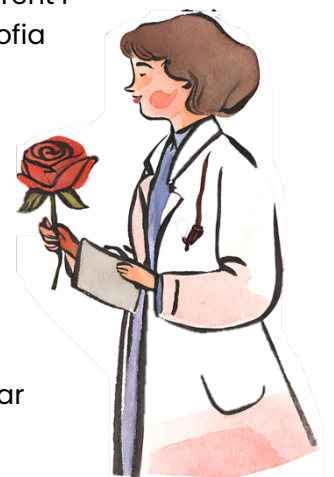
- **Sabó de Casa** de Montserrat Vendrell Bardají: És un llibre que explica, de forma novel·lada, de una persona que s'ha d'exiliar a França
- **Curling** de Yaiza Berrocal: Una irrealitat, pero muy real
- **La flor tras el cristal** de Marie J Cisa: Es un libro de ficción histórica muy bien estructurado y con una trama muy interesante que hace que te sumerjas en la historia desde el inicio del libro.
- **Los 100 mejores documentales del Rock** de Xavier Valiño: L'autor escriu amb passió fent un recorregut pels documentals i series essencials sobre la música dels últims 70 anys.
- **Todo bajo el cielo** de Matilde Asensi: És un llibre d'aventures que hem va atrapar des del primer moment. Hem va servir per evadir-me i submergir-me en un altre món i cultura, i a la vegada fer un viatge en l'autodescobrimient del jo intern de la pròpia protagonista
- **Atlas histórico del colonialismo**. Editorial: Síntesis, de Antonio Espino López: Es una muy interesante y competa exposición de la evolución de los procesos de colonialismo desde el siglo XV al siglo XX por parte de un experto de UAB,"
- **Eragon** de Christopher Paolini: Me gusta que la lectura me lleve a mundos fantásticos.
- **EL HOMBRE QUE PLANTABA ÁRBOLES** de Jean Giono: Plantar un árbol es dar vida y significar mucho más.
- **La fragilidad del cuerpo amado** de Itziar Torres (coordinadora): Habla de la vulnerabilidad de las personas, como acompañar y como vivirlo.
- **El invierno en tu rostro** de Carla Montero: Por una realidad en un mundo en guerra
- **Por si las voces vuelven** de Ángel Martín: Libro necesario para cualquier mente inquieta y sensible que pueda sentirse interesada sobre cómo es vivir con una enfermedad mental y salir de ella.
- **Pan de limón con semillas de amapola** de Cristina Campos: Es una lectura fácil, me'l vaig llegir en època de Covid i em va ajudar a desconnectar, és un llibre que denota llibertat, amor...
- **L'altra** de Marta Rojals: Describe la situación de dificultad en tiempos actuales, los cambios resilientes, lo inesperado, lo incierto, la novedad y la sorpresa.
- **Un estiu a Borneo**, de Pilar Garriga ha estat el llibre mes bonic que he llegit mai. Si bé va ser quan estudiava a l'ESO (fa 10 anys) sempre el recordo amb molt d'amor i sempre que puc el recomano als meus alumnes perquè s'enamorin del català i de la lectura catalana. de Pilar garriga : És fresca, és una lectura senzilla però que et motiva per viatjar a un lloc així.
- **Una jaula de oro** de Camila Lackberg: Intriga hasta el último momento. Gran sorpresa al final. Me encantó.
- **Loxandra** de María Iordanidu: Es un libro que es un canto a la vida, a la cotidianidad, a la comida, a la familia y a una vida sencilla. Te hace valorar lo que tienes.
- **Joc brut** de Manuel de Pedrolo: Intriga fins al final.



- **El naufrag felix** de Ramon Folch I Camarasa: Perquè les petites coses és el que ens fa feliços
- **El hombre en busca de sentido** de Viktor Frankl: Es un canto a la esperanza y a la capacidad de supervivencia de las personas.
- **Nelson Mandela. El largo camino hacia la libertad** de Nelson Mandela: Lo recomiendo porque puede representar una guía de autosuperación y crecimiento personal además de una fuente de conocimiento de un personaje relevante a nivel histórico.
- **El cambio climático emocional** de Mercè Conangla i Jaume Solar: Es un llibre per reflexionar sobre els reptes actuals i com afecten a les nostres emocions.
- **La última muerte en Goodrow Hill de Santiago Vera**: Un libro adictivo, que mantiene en todo momento el misterio y que me ha sorprendido en varias ocasiones. Lo recomiendo si buscáis leer un buen thriller.
- **El Médico** de Noah Gordon: Gracias por la vida.
- **Les calces al sol** de Regina Rodríguez Sirvent: Novel·la amb personatges que tenen experiències vitals, que et fa somriure i viure intensament.
- **La paciente misteriosa** de Alex Michaelides: Es un libro de misterio, conforme vas introduciéndote en sus páginas es entender con mucha claridad como la mente puede jugaros en nuestras vidas
- **Claus y Lucas** de Agota Kristof: Es un libro con un estilo seco, despojado y un distanciamiento emocional que acongoja.
- **Trilogía de la vecina rubia** de La vecina rubia: Me transportó a mi adolescencia y poco a poco me vi reflejada en mi madurez.
- **Sin noticias de Gurb** de Eduardo Mendoza y Garriga: Es muy gracioso, ubicado en Barcelona, en calles conocidas en las que te ves tú mismo.
- **Mi familia y otros animales** de Gerald Durrel: Una lectura que te hace viajar hasta Corfú con risas aseguradas
- **Una mochila para el universo: 21 Rutas para vivir con nuestras emociones** de Elsa Punset: Vital para tu día a día en la vida
- **Y llovieron pájaros** de Jocelyne Saucier: Porque te devuelve la libertad
- **El mecanoscrit del segon origen** de Manuel de Pedrolo: Me resulto impactante en el momento en que lo leí (es cierto que tenía 14 años)
- **Cuentos para pensar** de Jorge Bucay: És un llibre accessible que, a través de la lectura de petits contes, et porta a diversos camins de reflexió vitals.
- **La alegría de viure** de Silvia Soler: Es un llibre alegre, i ho sents molt nostre.
- **El infinito en un junco** de Irene Vallejo: Un viaje a la cultura grecorromana y una invitación a no dejar nunca de leer y de cuidar los libros.
- **Americanah** de Chimamanda Ngozi Adichie: perquè reflexa molt bé el problema de la immigració negra a EEUU.
- **El soroll de les absències** de Fàtima Beltran Curto: dues històries de present i passat que et faran pensar.



- **La broma infinita** de David Foster Wallace: Original hasta la médula. Crítica al sistema i a la condició humana.
- **El niño con el pijama de rayas** de John Boyne: Este libro me recuerda la inocencia de los niños, la falta de prejuicio que tienen, y la importancia de no perder estas características cuando somos adultos.
- **La Trena** de Laetitia Colombani: És una història molt maca, et fa pensar que en aquesta vida estem connectats.
- **Pa de llimona amb llavors de rosella** de Cristina Campos: Un llibre que quan el comences no el pots deixar. Un historia de vida familiar lligada a molts sentiments contradictoris i amb molt d'amor.
- **A casa teníem un himne** de Maria Climent: Es una novela que te hace reflexionar en relación a las decisiones tomadas entre diferentes generaciones de mujeres y ves como hemos evolucionado. A parte de ser de lectura àgil i divertida.
- **El jardín secreto** de Frances Hodgson Burnett: Aquest clàssic juvenil em va ensenyar el poder guaridor de l'amistat davant el dolor de la pèrdua i el contacte amb la naturalesa a la qual cal cuidar i protegir. És un llibre refugi per a mi.
- **Visc, visc, visc** de Maggie O'Farrell: El recomano perquè, malgrat les adversitats, la vida segueix. Les persones som immensament resilents tot i que no ens ho sembli.
- **Encuentra tu cumbre y consíguela** de Hiroshi Tasaka: Te ayuda a encontrar un motivo para vivir con plenitud, serenidad y alegría.
- **La dona que no sabia plorar** de Gaspar Hernández: Qui no plora no sana
- **Una temporada para silbar** de Ivan Doig : Una narració magistral y ahora sencilla sobre la vida d'una família després d'un fet que els trasbalsa a tots. Els personatges, plens d'encant i de reflexió, et reconcilien amb molts aspectes vitals, com la imaginació i l'entrega als altres.
- **Fauna o amor** de Suu: És un llibre curt, profund, fàcil d'entendre i agradable de llegir.
- **Francesca de Barcelona** de Laia Perearnau: El poder de las mujeres y su lucha. En este caso, ambientado en el S. XIV.
- **Un amor** de Alejandro Palomas: Es muy tierno y te enamoras de los personajes.
- **VIVIR EN MODO KAIZEN** de Maria Martinez Diez : Una manera diferent i sencilla de fer i entendre el nostre funcionament intern. Una filosofia de vida meravellosa
- **Cuentos clásicos para conocerte mejor** de Jorge Bucay: De las moralejas tradicionales pude interpretar lo mejor y peor del comportamiento humano.
- **L'anguila** de Paula Bonet: Un relat en femení ple de color i de foscors que remou i et dona força alhora.
- **32 de Març** de Xavier Bosch: Novel·la que relata la mateixa història però vista per tres personatges diferents. Com una mateixa història, relatada per tres persones diferents, pot semblar històries diferents

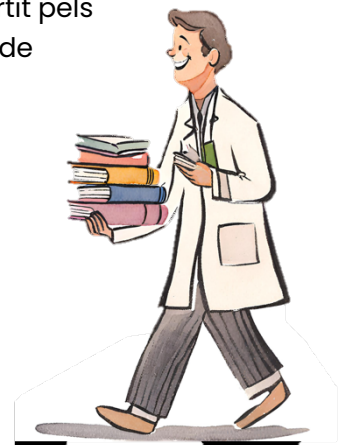


- **Juan Salvador Gaviota**, de Richard Bach de Richard Bach: És un exemple de superació, en qualsevol moment de la vida ens dona una espenta i ens fa sentir que podem aconseguir les metes personals que volem.
- **Massa deutes amb les flors** de Iolanda Batalle: Tractar temes de salut mental tant durs des d'una absoluta tendresa i des dels ulls de persones tant diferents, és un art. I la seva visió cura!
- **La chica del tren** de Paula Hawkins: Evadir-se de la seva realitat, la intriga de seguir llegint
- **Búscame** de Casamayor Pérez, Gregorio: Es muy bueno
- **Mentida** de Cares Santos: Tenir molta cura de les amistats virtuals per les xarxes socials.
- **El camino a Cristo** de Ellen G White : La oración es hablar con Dios como a un amigo...
- **El naufrag felix** de Ramón Folch : Pot ajudar a veure com les casualitats poden portar-te cap a un camí diferent del que havies imaginat.
- **Creix un arbre a Brooklyn** de Betty Smith: És un llibre meravellós, que barreja multitud d'emocions i et fa sentir emocions diverses: amor, dolçor, por, dolor...
- **Nocturn Aranés** de Imma Pericas : Perquè em fa recordar llocs on he estat felix i mai m'havia parat a pensar quines coses podien haver succeït al passat en aquell mateix lloc, ara quan hi vaig m'imagino escenes del llibre i aixó em fa somriure.
- **La Vida Invisible d'Addie Larue** de V.E SCHWAB : Un història d'immortalitat, molt ben escrita i cuidada, que et fa pensar, però alhora, també és una simple història de vida d'una noia, tot i que no tant "normal" com imaginariem...
- **El Maestro y Margarita** de Mikhaïl Bulgàkov: Hipocresía social
- **Los vencesjos** de Fernando Aramburu: Es un libro que al inicio puede parecer muy funesto ya que anuncia un suicidio pero durante la trama hace un relato de vida con situaciones muy mordaces, incluso chocantes que provocan la sonrisa o la carcajada. Hace flashbacks de episodios de la vida de niñez y juventud del personaje que he podido reconocer y que en parte justifican a ese personaje que analiza toda una sociedad con sus puntos negros y sus puntos más abiertos.
- **Tres cuerpos salvajes** de Eva Baltasar : M'ha encantat la manera en què domina el llenguatge, les descripcions, la riquesa de vocabulari, la narració poètica...
- **Tothom hauria de ser feminista** de Chimamanda Ngozi Adichie : El seu estil d'escriptura és directe i convincent, fet que fa que el llibre sigui fàcil de llegir i comprendre fins i tot per a aquells que no estan familiaritzats amb el tema. És un llibre molt breu perfecte per a qualsevol persona que vulgui entendre millor el feminisme i la seva rellevància avui en dia.
- **Pan de limón con semillas de amapola** de Cristina Campos : perquè explora temes complexos com la família, la pertinença, la migració i la resiliència, la



importància de continuar endavant encara que els temps i les condicions siguin difícils.

- **A les dues seran les tres** de Sergi Pàmies: Porque siempre me provoca cierta esperanza.
- **Manaos** de Alberto Vázquez Figueroa: Este libro te transporta al lugar donde está ocurriendo todo.
- **Maldito Karma** de DAVID SAFIER: Te da una lección sobre nuestras prioridades de vida.
- **La rebelión de los pacientes** de Victor Montori: Cuestionamiento sobre nuestra relación con los pacientes, qué funcionaba y qué es inviable que ahora nos funcione de igual manera
- **Las siete hermanas** de Lucinda Riley: Perquè et transporta a llocs llunyans i et a viure històries emocionants d'altres temps
- **La conjura de los necios** de John Kennedy Toole : Riure d'un mateix
- **Maktub** de Paulo Coelho: He andado tanto y tan rápido, que ahora debo esperar que mi alma me alcance.
- **La armadura de la luz** de Ken Follett: Novela histórica entretenida
- **La dona més pintada** de Màrius Serra: L'autor barreja part d'història, relacions humanes i la ment de les persones per descabdellar una història atractiva i complexa.
- **Mi familia y otros animales** de Gerald Durrell: Fa riure molt d'una forma natural
- **Yo Claudio** de Robert Graves: És una obra que captiva des del principi i no pots parar de llegir... Claudio escriu el seu propi diari on està representat amb un tartamudeig, diversos tics i una marxa patològica. Pel que sembla, presentava paràlisi cerebral, i els seus familiars pensaven que tenia una deficiència mental i que seria fàcil de manipular quan estigués al poder, però en realitat, el personatge no presentava problemes cognitius. Narra la seva experiència vital, supervivència i superació constant, de manera normalitzada, sense abusar dels elements dramàtics, i tractant la discapacitat des de la naturalitat i l'humor (sense tractar-se gens ni mica d'una novel·la de comèdia).
- **Pare Sol. Mare Lluna** de Marc Badas: És un llibre de fantasia, el seu autor escriu per diversió. Encara no ha publicat la seva novel·la oficialment.
- **Maldito Karma** de David Safier: Té una lectura fàcil, és divertit pels esdeveniments que conta i ens pot ajudar a desconnectar de lectures o vivències més reals.
- **Canto jo i la muntanya balla** de Irene Solà: És un viatge a l'interior de les zones fresques, rurals i muntanyoses de Catalunya, del Ripollès. És relaxant, reflexiu, encomana la calma i el saber fer de les persones que viuen en aquests indrets.
- **El Tatuador de Auschwitz** de Heather Morris: Fa reflexionar sobre la vida, que altres no ho han tingut gens fàcil
- **El Hobbit** de JRR Tolkien: Es una aventura para todos los públicos



- **Como hacer que te pasen cosas buenas** de Marián Rojas Estapé: Convierte el dolor, estrés, errores, sufrimiento, en tu posibilidad de crecimiento.
- **50 palos** de Pau Donés: llibre de superació front les adversitats i actitud positiva front la vida
- **Les calces al Sol** de Regina Rodríguez Sirvent: M'ha fet reflexionar. M'ha ajudat a riure en la meva situació actual.
- **Esperant el diluvi** de Dolores Redondo : Perquè t'enganxa i tens intriga....
- **Evitar la mediocridad** de Xavier Mercet: Per prendre distància del que ens deixa arrossegar durant el dia a dia, tant a la vida com a la feina, i fer les coses amb una mira més crítica i de valor.
- **Ascensión** de Nicholas Binge: Siendo un libro de aventuras y misterio, muy ameno y diferente, me ha hecho reflexionar sobre el por qué y el destino de la humanidad. Me ha atrapado desde el principio.
- **La mort íntima** de Marie de Hennezel: Per la tendresa que transmet
- **Retrato de Casada** de Maggie O'Farrell: Es una historia fantásticamente escrita y perfecta para pasar un buen rato.
- **Superpoderes del éxito para gente normal** de Mago More: Te hace reflexionar y valorar lo importante.
- **Els ulls de Mona** de THOMAS SCHLESSER : T'explica amb molta passió i saviesa quadres i escultures de grans artistes
- **Los secretos que jamás te contarán** de Albert Espinosa: para reflexionar.
- **ECO** de Thomas Olde Heuvelt: ¡¡¡Miedo en estado puro!!! Nunca un libro de miedo me había enganchado desde la primera página, inquietante. Diferente a lo habitual.
- **Recupera tu mente, reconquista tu vida** de Marian Rojas Estapé: Este libro nos pone frente al espejo una realidad que no acabamos de reconocer, pero que nos afecta negativamente, y a su vez, proporciona herramientas para gestionar mejor nuestras emociones.
- **La luz del norte** de Hideo Yokoyama: Arquitectura, Japón, elegancia, historias familiares tristes como la vida misma, pero que nos dejan entrever la bondad que muchas veces echamos en falta. Un soplo de aire fresco.
- **Canto jo i la muntanya balla** de Irene Solà : Un viatge totalment diferent que t'atrapa des de l'inici de la novel·la.
- **Cien años de soledad** de Gabriel García Márquez : Cada vez que lo leo me traslada a momentos mágicos de la historia de una familia.
- **El mundo secreto de Arbal** de Elena Furiase: Explosión de emociones con mi niño interior, siendo ya adulto
- **Jugar amb el cor**: L'excel·lència no és suficient de Xesco Espar: Llibre molt indicat per motivar esportistes de tot tipus, i per superar els reptes del dia a dia en la vida quotidiana
- **Amándome durante 90 días** de Laura Minguell Del Lungo y Jacqueline Lorena Ibáñez Quezada: Es un llibre del que sóc coautora. Un recull de històries reals de 90 dones, on amor, dolor, perdó



i resiliència os acompanyaran; os hi podreu identificar i trobar receptes d'autosuperació i sanació.

- **El libro de Jade** de La autora se llama Lena Valenti: Me enseñó la importancia de no rendirse ante la adversidad, que todo tiene su recompensa y más en el amor. Entre otras muchas cosas, es un libro excepcional que te atrapa de principio a fin ♥
- **El cuco de Cristal de Javier Castillo**: Era en la calma donde los demonios emergían. Cuando amas de verdad, lo haces por encima de todo.
- **EL PSICOANALISTA** de JOHN KATZENBACH: La recomiendo si te apetece una novela que te engancha desde el principio hasta el final.
- **EMMA** de JANE AUSTEN : És un clàssic de la literatura, que presenta la dona amb intel·ligència i bons arguments.
- **El señor de los anillos**. de J.R. Tolkien: Me parece un gran libro de fantasía.
- **Esclava de la llibertat** de Ildefonso Falcones: La lluita per la llibertat en clau feminista
- **Arcén** de Borja Navarro: Es un libro que respira el levante valenciano, con historias cotidianas y personajes que se danzan entre el blanco y el negro, en zonas moralmente grises.
- **Les calces al sol** de Regina Rodríguez Sirvent : Una novel·la per riure, per desconnectar i per passar una bona estona.
- **L'art de la felicitat** de Howard C. Cutler : Aporta una altra mirada de la societat, de la vida, dels moments quotidians, etc. Et fa reflexionar molt sobre el que és important.
- **La montaña mágica** (en español y alemán) de Thomas Mann: Interioricé escenas y escenarios que me venían a la mente todo el tiempo que estuve ingresada en un sanatorio por motivos de salud.
- **El valor de la atención** Johann Hari de Johann Hari: Un libro muy bien documentado, con una completa investigación y argumentación. Necesario para entender el actual problema de la atención que sufrimos por culpa, principalmente, de las redes sociales y lo más importante, aporta muchas posibles soluciones. Con lo que, resulta esperanzador. Merece la pena su lectura.
- **Yo, mí, me... contigo**. Pero, cualquiera de sus libros, incluido el de "**28 días**" sobre una historia tan dolorosa con el gueto de Varsovia. de David Safier: Por su gran sentido del humor y tremenda imaginación. Trata de como buscar el amor verdadero, pero, con una visión de siglos de antigüedad, al final, no se ha cambiado tanto. Los sentimientos siempre perduran.
- **Perdidas de risa. Historias de una mujer imperfecta** de Sílvia Abril: Cuando vas al colegio aprendes que alrededor del setenta por ciento de tu cuerpo es agua. Nadie te dice que cuando eres madre tu cuerpo se transforma y pasa a ser setenta por ciento agotamiento.
- **Les calces al sol** de Regina Rodríguez Sirvent: Simple y cotidiano, con problemas frecuentes en las vidas de los estudiantes de universidad del momento. Ayuda

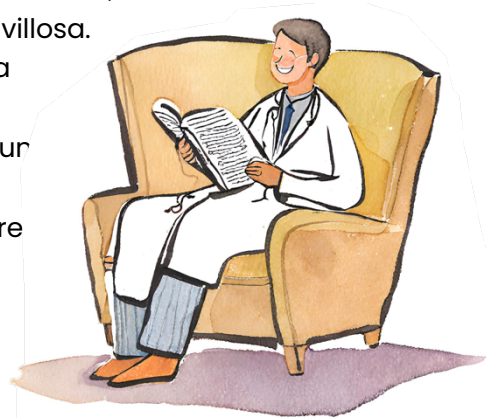


ver que no son solo problemas de uno mismo, y verlos desde fuera los hace pequeños e incluso graciosos.

- **PER QUE SER FELIÇ QUAN PODRIES SER NORMAL?** de JEANETTE WINTERSON: Un exemple de resistència contra aquells que ens volen "normals", encara que això no ens faci feliç.
- **Hija del camino** de Lucía Asué Mbomio Rubio: Veure realitats des d'una altra pell de vegades ajuda a comprendre la realitat que ens envolta.
- **A casa teníem un Himne** de María Climent: Es una historia de mujeres, sobre la vida, las relaciones, la cotidianidad; es amable, intensa, agrídulce también. Escrita en catalán-tortosí, lo cual muestra la riqueza de los dialectos y lo bonito que es leer en diferentes idiomas.
- **Cómo hacer que te pasen cosas buenas** de Marian Rojas Estapé: Me ha hecho ver las cosas de mi día a día manera distinta
- **GINA** de Maria Climent : Encara que la vida et faci trontollar i et doni una malaltia greu, sempre és possible conviure-hi amb una mica d'humor i tendresa.
- **Reina Roja** de Juan Gómez Jurado: Consigue evadirte de la realidad y que lo devores en pocos días. Además de ser una crítica social sobre la moralidad de algunos crímenes.
- **Autobiografía de un impostor** de Miguel Cascón : molta intriga
- Recomanaria qualsevol llibre de l'autora però per dir-ne un : "**Meditacions per a sanar la teva vida**" de Louise L. Hay: El llibre pot ajudar a reflexionar i aprendre una nova actitud per estar bé amb un mateix
- **Más allá del invierno** de Isabel Allende: Saber que tenemos una segunda oportunidad para vivir una vida nueva.
- **Historias de mujeres casadas** de Cristina Campos: Historias reales que pueden suceder a la mujeres.
- **Encuentra tu persona vitamina** de Marian Rojas: Me hizo sentir bien.
- **Cómo hacer que te pasen cosas buenas** de Marian Rojas Estapé: Aprender a canalizar emociones negativas i combatir les pors
- **Tu cerebro tiene hambre** de Boticaria García: un libro escrito con vocabulario muy fácil de entender y leer
- **El clan del oso cavernario** de Jean Auel: Habla de la prehistoria, aprendes de remedios herbales medicinales y de como pudo ser vivir en esa época.
- **La vida. Mi historia en la Historia** de Papa Francisco y Fabio Marchese Ragona: El libro suscita el interés por explorar cómo nuestras vidas se entrelazan con la historia, despertando reflexiones sobre el significado personal y la conexión con el pasado.
- **Si tú me dices ven lo dejo todo... pero dime** ven de Albert Espinosa: Las cosas que realmente importan.
- **Las hijas de la criada** de Sonsóles Onega: Es una historia de os mujeres que luchan por su familia, su trabajo y sus derechos. Además, es una novela que te engancha hasta el final.



- **Esperando al diluvio** de Dolores Redondo: Tiene una trama que te mantiene alerta y en tensión, con suspense, amor, sufrimiento, ternura y todo mezclado de una forma maravillosa. Te traslada a situaciones de la vida cotidiana que son muy complicadas y ayuda a sentir emociones porque te metes en la piel de algunos personajes.
- **El nom del vent** de Patrick Rothfuss: És un llibre d'aventures èpiques on estan presents l'amistat, l'honor, l'enveja, les intrigues. És la lluita d'un noi que sembla que no té cap possibilitat, i poc a poc es fa un lloc. Per aquells que es van quedar amb ganes de llegir més Tolkien.
- **Las tres heridas** de Paloma Sánchez Garnica: Me hizo sentir mil emociones, y como romántica empedernida y amante de los libros, siempre lo recomiendo, como primera lectura o para los que aman las buenas historias...
- **Las voces del desierto** de Marlo Morgan: Valorar las cosas básicas del día a día, todo en esta vida tiene un porqué.
- **Tu segunda vida empieza cuando descubres que solo tienes una** de Raphaëlle Giordano: Te hace reflexionar y pensar sobre tu vida, las cosas que has vivido lo te gustaría hacer y no te atreves, lo que te queda por hacer...
- **La vida es suero (Enfermera saturada)** de Héctor Castiñeira: Letra de médico" es una asignatura de último año de medicina. Cuatro créditos y medio. Estoy segurísima, o eso o los médicos pautan los tratamientos escribiendo captchas aleatoriamente, porque esa letra no es de este mundo.
- **La cultura del Blat. Records d'infantesa a Llobera** de Pep Divins: Es el testimonio de hablar y de la manera de vivir de la gente de l'àmbit rural, a Llobera. Vol recuperar i deixar testimoni de les paraules i expressions d'abans.
- **El arte de no amargarse la vida** de Rafael Santandreu: Es un libro que está muy bien escrito, con base científica y que te da las herramientas para tener una vida más gratificante y ser más feliz.
- **La Sombra del Viento** de Carlos Ruiz Zafón: Ha sido el libro que más me ha emocionado. No podía dejar de leerlo por saber que le pasa al protagonista, Daniel Sempere, pero sintiendo total empatía con Daniel. La sensación de emoción qué brutal y no me ha pasado con ningún otro libro.
- **Cuinant les nostres emocions a foc lent** de Un grupo de Psicólogas de Salut Mental del Hospital Sant Jona de Deu -Althaia de Manresa con los mejores chefs: A cuidarnos nuestras emociones y con recetas.
- **El camino a Rhodes** de Mariana Zapata: Es una història de superació, de reparació d'una mateixa. Hi ha 1 frase molt bonica: "La única manera de avanzar es dar ese 1er paso, y a veces da igual en qué dirección lo des siempre que avances".



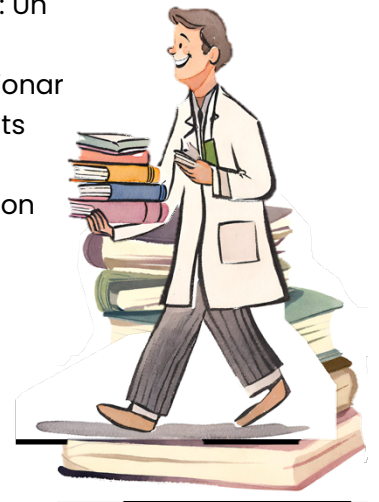
- **Tots els tots els contes** (un recull magnífic de l'autor) de Raymond Chandler: Enriquiment de la novel·la negra ben realista amb crítica social i una descripció acurada dels personatges et transporta a la història.
- **El Mundo De Sofia** de Jostein Gaarder: A través de la filosofia explicada de manera amena, entendible, incluso divertida nos plantea interrogantes existenciales que el lector interpretara o respondera segun su propia vision de vida y vivencias.
- **A casa teníem un himne** de Maria Climent: Reflexió sobre la vida, la maternitat, diversió, Temps dedicat a la família.
- **Mi hermana vive en la repisa de la chimenea** de Annabel Pitcher: Per riure, plorar i pensar. Tot a la vegada! Remou sentiments i fa pensar en com afrontem les pèrdues i protegim als que ens estimem"
- **La parella del costat** de Shari Lapena: No és un llibre que faci riure però que sí no pots parar de llegir-lo i et manté enganxat/da a l llibre.
- **Dios vuelve en una Harley** de Joan Brady: te hace reflexionar contigo mismo/a y con el mundo que te rodea.
- **Història universal de las soluciones** de José Antonio Marina: Este libro es un maravilloso ensayo de un gran filósofo y analista de la sociedad
- **El viatge al centre de la terra** de JULIO VERNE: Los objetos exteriores ejercen una acción real sobre el cerebro. El que se encierra entre cuatro paredes acaba por perder la facultad de asociar las ideas y las palabras.
- **La sort del meu destí** de Antoni Bassas: Es un llibre que et fa veure que ens podem superar malgrat les situacions que'n van sorgint durant la vida
- **Les teves zones errònies** de Wayne W. Dyer: Un bon manual de reflexió sobre les creences i pensaments negatius que ens creem a la vida i el poder de canviar-ho.
- **Tres enigmas para la organización** de Eduardo Mendoza : Diversió i desconexió, jajajja
- **Mamma** de Sergi Ganau: ¡Un recorrido por el fascinante mundo de la mama, tanto en una visión científica como artística!
- **Drácula** de Bram Stoker: Novela completa: con parte histórica, amor, fantasía, misterio,...
- **Fills del Nil** de Xavier Aldekoa: Es com viatjar pel continent africà però des de casa i buscant només el comprendre altres cultures diferents a la pròpia
- **Les llums de febrer** de Joana Marcus de Joana Marcus : es un llibre que he llegit amb la meua filla adolescent i no hi ha res millor que compartir lectura
- **A cor obert** d'Oriol Mitjà i Villar: Els fets no són blancs ni negres, n'hi ha un munt de matisos a tenir present al llarg de la vida.
- **No sin mi hija** de William Hoffer y Betty Mahmood: Me hizo sentir tristeza e impotencia, pero a la vez sentí la fuerza y las ganas de seguir luchando de la protagonista.
- **Como no escribí nuestra historia** de Elisabet Benavent: Porque a veces la verdad (no) es solo aquello que queremos creer
- **Maldito Karma** de David Safier: Tú eres el responsable de tu vida



- **Dios vuelve en una Harley** de Joan Brady: De forma sencilla y divertida, te hace valorar lo importante de la vida
- **Dime quien soy** de Julia Navarro: Me hizo sentir bien, en una mala época, me encanto
- **El niño con el pijama de rayas** de John Boyne: Es una historia conmovedora, te hace ver la realidad del daño que se hizo y el daño que sin querer puede causar a los culpables de tal atrocidad...es bonita pero a la vez desgarradora.....hay momentos felices y momentos k te hacen caer las lágrimas, pero a la vez precioso de leer.
- **Los misterios de la taberna kamowaba**, de la editorial Salamandra de Hisashi Kashiwai: Per mi és un llibre que reparteix empatia i a través de la descoberta de moments passats pot saber quins gustos li agraden. Per mi un llibre fantàstic en una petita taberna amagada que porten la filla i el pare.
- **Pura Vida** de Jose Maria Mendiluce: En va fer creure amb els valors humans, valorar que tan sols un somriure pot canviar-te a un moment de felicitat.
- **Encuentra tu persona vitamina** de Marian Rojas: Me dejó muy claro la importancia de las pequeñas cosas, y herramientas para entenderme mejor y disfrutar más
- **Hacia Rutas Salvajes** de Jon Krakauer: "No eches raíces, no te establezcas. Cambia a menudo de lugar, lleva una vida nómada... No necesitas tener a alguien contigo para traer una nueva luz a tu vida. Está ahí fuera, sencillamente."
- **REGRESO A TU PIEL** de María Luz Gabás Ariño: Degut a l'educació rebuda en història a la meva infància, no m'agrada gens però aquest llibre em va ajudar a apassionar-me d'una altra manera per aquest tema.
- **SIS MESOS D'HIVERN** de Marta Buchaca: És un llibre on explica la difícil situació d'una separació d'una parella en temps de la Covid 19.
- **Armas, gérmenes y acero** de Jared Mason: És molt interessant a nivell històric i sociològic.
- **L'home a la recerca del sentit** de Victor frank: T'ensenya a viure la vida d'una altra manera
- **L'avi de cent anys que és va escapar per una finestra** de JONAS JOHASSON: Al ser gerocultora em va sorprendre com es va escapar l'avi per la finestra de la seva habitació que hauria d'estar tancada amb clau, és un llibre que té comèdia a més a més l'avi és va convertir en còmplice de un crim i fugitiu per haver-se quedar amb un equipatge que no era seu, sinó de una banda de criminals. A més, Aquest va ser el primer llibre que vaig llegir a català , i per tant, per mi té una carga emotiva especial. Em va semblar un llibre mot emotiu, divertit i fàcil de entendre per una persona que comença a llegir en català.
- **Paula** de Isabel Allende : Emoción en estado puro.
- **Hotel du Lac** de Anita Brookner: Muy relajante, muy inspirador



- Sèrie de llibres de ***l'Agatha Raising*** de M.C.Beaton : Qui ha dit que la jubilació pot ser avorrida..., un llibre de cozy crime a l'estil Agatha Christie.
- ***El hombre en busca de sentido*** de Viktor Frankl: La fuerza de un propósito.
- ***El món groc*** de Laura Ruiz Riaza: Per relativitzar les coses
- ***Nosaltres dos*** de Xavier Bosch Sancho : Descripció que obliga a endinsar-se en cada detall i moment. Tots els sentiments surten a la llum, posar nom a emocions que a vegades no podem descriure.
- ***OPERACIÓ SHANGÓ, LA TRAVESSA DEL SÀHARA*** de Jaume Torrent : És un llibre molt agradable de llegir, és fresc, ben escrit, amb les aventures reals però en un format molt tendre, vistes amb una certa distància i maduresa, però aportant tan visions d'un món que ja no existeix com coses que segur que no han canviat gaire.
- ***EL CABALLERO DE LA ARMADURA OXIDADA*** de Robert Fischer : Un llibre amb esperit de superació.
- ***Invisible*** de Eloy Moreno : És un llibre que et fa pensar i reflexionar molt en la realitat d'avui en dia , el bullying que pateixen molts de nen@.
- ***Las aventuras de un libro vagabundo*** de Paul Desalmand: Son las aventuras de un libro que pasa de mano en mano, vagabundo y poético.
- ***Pa de llimona amb llavors de rosella*** de Cristina campos: Familiar
- ***Cómo vivir o una vida con Montaigne*** de Sarah Bakewell: Recomiendo este libro porque te hace adentrarte en la mente de un erudito y reflexionar sobre cómo hay que vivir nuestras vidas.
- ***Un cuento perfecto*** de Elisabeth Benavent: Si te quieres reír , emocionar y leer una historia bonita este es tu libro.
- ***El cabalista*** de Geert Kimpen: Una novel·la ambientada a Israel que tracta de l'estudi de la càbala, molt bonica i en la que succeeixen moltes coses inesperades. Em va agradar moltíssim.
- ***Búscame*** de Gregorio Casamayor Pérez: En muy bueno
- ***Haru*** de Flavia Company : Cada dia es una vida sencera. Nosaltres escollim com volem viure-la.
- ***Alguien que no soy*** de Elisabet Benavent de Elisabet Benavent : Deja volar tu imaginación y me hizo sentirme muy identificada en diferentes aspectos de mi vida
- ***Reina Roja*** de Juan Gomez Jurado : Es un libro que te transporta a una mente extraordinaria, muy curiosa.
- ***Detrás del Ruido*** de Angel Martín: Es un llibre basat en una vivència personal i que ens fa pensar des de el coneixement de l'experiència viscuda en com aprofitar més intensament la vida.
- ***Mi isla*** de Elisabet Benavent: Me hizo trasportarme a la calma del mar, a que siempre se puede iniciar algo, y que siempre que acaba algo es para empezar otra cosa nueva y mejor



- **Hábitos atómicos** de James Clear: La importancia de las pequeñas cosas. Te muestra de una forma clara y sencilla como potenciar hacer cosas que te agradan y pequeños "tips" para llegar a hacer eso que te gusta menos, pero es importante y necesario. Además de explicar cómo desaprender hábitos que no te convienen. Un libro muy práctico.
- **El sutil art que tot t'importi una merda** de Mark Manson: Perquè és un llibre únic que fa que t'adonis de moltes coses que no es veuen de manera normal
- **Mi querida amiga** de Annabel Arcos Ruiz: Es un libro que recomiendo a quien, como yo, está pasando por un cáncer como yo. Te ayuda a ver que no estás sola, que, como yo, por desgracia hay mucha gente que esta pasando por este momento, que seguro será pasajero.
- **Como pez en el árbol** de Lidia Mullaly Hunt: Mientras lo miro, me doy cuenta de que, en todo este tiempo, no he mirado ningún maestro en la cara. Sentada al pupitre, les clavaba los ojos en la barriga mientras me decían todo lo que hago mal. Ahora, además de todos estos grandes deseos que van conmigo a todas partes, tengo uno más. Quiero causarle buena impresión al señor Daniels. Con todo mi ser, de la cabeza a los pies, me gustaría caerle bien.
- **Hooponopono** de Mabel Katz de Mabel Katz: Es un libro de reflexiones y herramientas, para ayudarte en el día a día y sobre todo para limpiar nuestra mente de ideas repetitivas que nos hace daño.
- **El Secret de Rhonda Byrne**: Aquest llibre em va canviar la vida! Professionalment, personalment, en les amistats, en l'amor... dono gràcies d'haver-me creuat amb ell. El poder dels pensaments, la llei de l'atracció... brutal! Comprova'díssim!
- **Aire negro** de Agustín Fernández Paz : Et crea misteri i intriga fins el final
- **Ética para Célia**, de Ana de Miguel: Em va ajudar a entendre moltes coses de la realitat d'una manera amena i divertida. Es molt interessant perquè fomenta la reflexió, l'observació de la realitat i molts conceptes explicats de manera molt diferent.
- **OJOS DE FUEGO**, de Stephen King : Fue el primer libro que leí de Stephen King. Tendría unos 15 años y me encantó. Me abrió todo un mundo, extraño, oscuro y desconocido. Ahora tengo 53 años, y durante todo este tiempo lo he releído unas cuantas veces. Fue el responsable de mi afición a leer."
- **Los siete hábitos de la gente altamente efectiva** de Stephen R Covey: Porque puede ser de ayuda en los conflictos de la vida personal de cada uno.
- **YO ADICTO** de Javier Giner: Habla sobre las adicciones, un mundo tabú, el cual muchos obviamos, por miedo, desconocimiento, etc. Y afecta a muchas familias, más de las que pensamos. A veces en clave de humor. Real y hasta cruel como la vida misma. Un mundo al que todos deberíamos entrar a echar un vistazo antes de opinar.



- **Heridas abiertas** de Gillian Flynn: Porque te hace ver que es importante reconciliarse consigo mismo.
- **Kintsukuroi** de Tomás Navarro: M'ha ajudat a creure que tot pot millorar.
- **El càsting** de Antònia Carré-Pons: Un llibre que mostra al lector/a la diversió i inconformisme durant la tercera edat.
- **Torna a estimar el teu caos** de Albert Espinosa: Novel·la amb molt humor que ens ajuda a estimar la nostra diferència, allò que ens fa únics.
- **El vino del alquimista** de Pepe Müller: Es una historia trepidante estilo Dan Brown, con un sumiller en horas bajas que es retado a encontrar un vino muy especial, por parte de un personaje misterioso
- **El imperio final** de Brandon Sanderson: Si te gustan los libros de fantasía esto es de lo mejor que puedes leer, te atrapa completamente y te hace olvidar completamente las preocupaciones del día a día.
- **Dents de llet** de Lana Bastasic: Son cuentos que explican infancias dentro de la sociedad patriarcal de los Balcanes. La prosa de Lana Bastasic es única.
- **La trena** de Laetita Colombani: Un llibre que et transporta a tres moments, on tres dones amb mons diferents convergeixen per uns valors.
- **Sólo quería bailar** de la Greta García. Irreverent, divertida, escatològica i amb una protagonista de la que t'acabes enamorant. Un llibre per descansar la ment! Brutal! 😏
- Jo recomano **El Jardí Secret** de Frances Hodgson. Em va agradar quan ho vaig llegir de petit i m'acompanya des d'aquest moment. Llibre fàcil de llegir però que ensenya el valor de l'amistat i la naturalesa com a refugi davant el dolor de la pèrdua 🍀

