



„Nasza książka adresowana jest do szerokiego kręgu odbiorców. Ma temu służyć przyjęta tu konwencja rozmowy. Z jednej strony rozmówcą jest humanista, z drugiej strony, uczestniczką rozmowy jest profesor nauk medycznych. Dzięki zastosowanej konwencji książka jest przekazem wiedzy w formie zrozumiałej i przystępnej.

Żyjemy w stresie, kobiety ciężarne odczuwają różne lęki, często spotykamy się ze zjawiskami dręczenia psychicznego w domu, czy w pracy, przeżywamy traumy, a nawet dziedziczymy je i przekazujemy w dziedzictwie, nie zdając sobie z tego sprawy, zaś na świecie coraz głośniej mówi się o dojmującym braku empatii, który może stanowić wielkie zagrożenie. To są problemy dotyczące wszystkich. Do wszystkich też adresujemy naszą książkę, zaś naukowcy, lekarze praktycy, czy studenci kierunków medycznych znajdą w niej ciekawy, najnowszy materiał naukowy z zakresu medycyny.

Nasze rozmowy nie prowadzą do sformułowania prostych recept na życie. Nakłaniają jednak do zastanowienia się nad nim i nad sobą samym. Czasem taka refleksja bywa punktem zwrotnym w życiu, lub światłem w tunelu. Jeśli jeszcze poparta jest rzetelną wiedzą, to może być istotną pomocą dla każdego.”

**Cena 50 zł.**

## Gdzie kupić?

Książka do nabycia u autorów bezpośrednio lub wysyłkowo po złożeniu zamówienia.

### Sprzedaż wysyłkowa:

**Krok 1.** Prosimy przelać zamówienie na adres e- mail: [ochojskiandrzej@gmail.com](mailto:ochojskiandrzej@gmail.com) ,  
podając hasło: **Rozmowy przy kawie**, adres odbiorcy, ilość zamawianych egzemplarzy.

**Krok 2.** Prosimy przelać należność za zamówienie:

50 zł x ilość egzemplarzy + 15 zł – koszty wysyłki

na konto bankowe: 69 1050 1344 1000 0092 3692 9296

**Krok 3.** Po otrzymaniu należności wysyłamy przesyłkę, a na adres mailowy zamawiającego wysyłamy zwrotne potwierdzenie przyjęcia zamówienia, numer przesyłki i datę jej nadania.

Kontakt telefoniczny: 601 304 680 Andrzej Ochojski

## AUTORZY:



prof. zw. dr hab. n. med. **Jadwiga Joško-Ochojska:**

Jestem lekarzem chorób wewnętrznych, neurofizjologiem, specjalistą zdrowia publicznego. Od 2002 r. jestem kierownikiem Katedry i Zakładu Medycyny i Epidemiologii Środowiskowej w Śląskim Uniwersytecie Medycznym w Katowicach. Byłam konsultantem wojewódzkim w dziedzinie epidemiologii w województwie śląskim. Głównym obszarem moich zainteresowań

naukowych są medyczne aspekty stresu. Jako lekarz holistycznie postrzegający pacjenta zwracam uwagę na negatywne skutki stresu umożliwiające powstawanie i rozwój wielu chorób, a jako epidemiolog zajmuję się także negatywnymi dla zdrowia skutkami stresu w wymiarze społecznym, w tym epigenetycznym dziedziczeniem traumy.



mgr **Andrzej Ochojski**

Jestem magistrem filologii polskiej, lecz traktuję swoją specjalność jako punkt wyjścia do szerokiego, humanistycznego oglądu współczesnej i przeszłej rzeczywistości. Interesuje mnie interdyscyplinarne podejście do problemów naukowych, a przygodę z medycyną, dzięki mojej żonie, traktuję jako szansę do znalezienia odpowiedzi na pytania zadane przez Paula Gaugina w tytule jego alegorycznego obrazu

„Skąd przychodzimy? Kim jesteśmy? Dokąd zmierzamy?” Jestem współzałożycielem Stowarzyszenia Wspierania Wiedzy Medycznej i wykładowcą na interdyscyplinarnych konferencjach naukowych z cyklu: „W przestrzeni lęku i stresu” organizowanych pod egidą Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach.