

Nec Sv8100 Voicemail User Guide

Een nieuwe generatie 'winnaars' neemt het speelveld over. Het zijn bedrijven, ondernemers en organisaties die schijnbaar moeiteloos talent, aandacht en middelen aantrekken. Wie hen door een klassieke bril bekijkt, kan hen moeilijk plaatsen. Ze vallen niet onder de noemer 'profit', want ze zetten in op de maatschappij. Maar ze horen ook niet bij 'non-profit', want winst is er wel degelijk belangrijk. De nieuwe winnaars gaan voor maatschappijbouwend ondernemen. Ze combineren better for me + better for the world en spelen hun eigen spel: The Positive Sum Game. De komst van deze nieuwe spelers heeft de bedrijfseconomische ruimte hertekend tot een continuüm. Tussen en op de grenzen van profit en non-profit heeft zich een nieuwe wereld ontplooid. Een wereld waar vandaag de meest geëerde bedrijven, merken en organisaties wonen. Een wereld waar ondernemers, managers en medewerkers meer mens kunnen zijn. The Positive Sum Game schetst voor het eerst die ééngemaakte ondernemingsruimte waarin bedrijven en organisaties bewegen, en hun waarachtige plek moeten vinden. Herman Toch en Ann Maes wijden je in in de anatomie van het nieuwe Purpose-gedreven succes. Aan de hand van zeven troeven leer je hoe je de Positive Sum Game voluit speelt. En zo is dit boek een gids voor elke organisatie die maatschappijbouwend ondernemen wil koppelen aan eigenbelang. Herman Toch koos na verschillende internationale jobs als marketeer en algemeen directeur voor een ruimer perspectief. Hij verdiepte zich in de wereld van Purpose en maatschappijbouwend ondernemen. Herman schreef al twee succesvolle boeken: Transformeren om te overleven en Happy Profit. Vandaag begeleidt hij mensen, bedrijven en organisaties die maatschappelijk succes koppelen aan eigenbelang. Ann Maes heeft een internationale carrière uitgebouwd met het bouwen en beschermen van de reputatie van mensen, merken en organisaties. Als managing director en hands on reputatiestrategus werkte ze voor wereldbekende én piepkleine merken. Met passie, overtuiging en nieuwsgierigheid. Ann is gedreven om via ondernemen en organiseren een sterkere maatschappij te bouwen. Bron: Flaptekst, uitgeverinformatie.

'Ze drukt het pakketje een moment stevig tegen zich aan en licht de putdeksel op. "Dag dappere Gaby," fluistert ze en drukt een kus op de juten zak. Met een plof valt de last op de bodem van de put.' Wieke Hart schreef het ontroerende verhaal Strafkind naar aanleiding van een bericht over de ontdekking van honderden babylijkjes in een klooster in Ierland. In de opvanghuizen van een vergelijkbare kloosterorde in Nederland zaten duizenden meisjes opgesloten. Ze verrichtten dwangarbeid in wasserijen en naaiateliers. Voor het eerst vertellen deze slachtoffers de schrijnende verhalen die ze zelfs aan hun eigen kinderen niet durfden te vertellen. Ze mochten als jonge meisjes vrijwel nooit met elkaar praten en kregen voor zowat alles straf. Ze werden gedrogeerd, vaak dagenlang in het donker opgesloten en moesten hun eigen braaksel opeten. Bron: Flaptekst, uitgeverinformatie.

De Londense Kate Miller lijkt in niets meer op de ietwat sukkelige tiener van vroeger. Ze heeft een geslaagde carrière bij een glossy, plannen voor een geweldige bruiloft en een leuke huisgenoot. Maar op een dag stort haar leven in op een dramatische, pijnlijke en onomkeerbare manier. Kate verbrandt al haar schepen achter zich. Ze vlucht naar New York, waar ze haar tijd vult met een suf baantje. Ze moet terug naar Londen als haar vader ernstig ziek wordt. Daar voert ze lastige gesprekken met hem, wandelt ze met haar bejaarde bovenbuurman, en ontmoet ze ook haar vroegere vrienden weer Zoe, Francesca en Mac. Allemaal zijn ze door die ene dag voor altijd met elkaar verbonden, die ene dag waarop alles voorgoed veranderde. En Kate merkt dat ze zich niet meer wil verstoppen voor alles en iedereen en zeker niet voor Mac.

In 2016 hield professor Stephen Hawking de BBC Reith Lectures over een onderwerp dat hem al tientallen jaren fascineert: zwarte gaten. In Zwarte gaten stelt de legendarische natuurkundige dat we, als we zwarte gaten kunnen begrijpen, en als we weten hoe ze de aard

van ruimte en tijd tarten, de geheimen van het universum kunnen ontsluiten. Stephen Hawking (1942), natuurkundige, kosmoloog en wiskundige, schreef eerder onder meer de internationale bestsellers *Het heelal* en *Een korte geschiedenis van de tijd* en zijn ontroerende autobiografie *Mijn kleine geschiedenis*. Hij wordt beschouwd als een van de briljantste theoretische natuurwetenschappers sinds Albert Einstein.

De politieke, maatschappelijke en fysieke bewustwording van een 11-jarig jongetje in Zuid-Afrika.

Ceylon, 1935. Louisa Reeve en haar man Elliot lijken een stel te zijn dat alles heeft; zij is de dochter van een succesvolle Britse juwelier, hij een charmante zakenman vol levenslust. Maar hun allergrootste verlangen mist: een kind. Terwijl Louisa met miskramen worstelt, trekt Elliot zich terug en brengt hij steeds meer tijd door op een nabijgelegen kaneelplantage met uitzicht op de Indische Oceaan. Wanneer hij plots sterft moet Louisa het mysterie dat hij achterlaat alleen oplossen. Bij het bezoeken van de plantage voelt zij zich onverwacht aangetrokken tot eigenaar Leo, een ruige man met een bewogen verleden. En wanneer Elliots schokkende verraad naar boven komt en niets meer is wat het lijkt, is Leo de enige bij wie Louisa terecht kan. Dinah Jefferies werd in 1948 in Maleisië geboren. Ze verhuisde toen ze negen was naar Engeland, maar behield altijd een grote voorliefde voor Zuidoost-Azië. Zij is de bestsellerauteur van onder andere *De vrouw van de theeplanter* en *De dochter van de zijdekoopman*. Over *Voor de moesson*: 'Voor de moesson is een zinderende, opzienbarende pageturner en bevestigt Jefferies' reputatie als een sublieme verteller en een scherpzinnig observator van de twintigste-eeuwse koloniale geschiedenis.' *Lancashire Post* Over *De vrouw van de theeplanter*: 'Mijn ideale boek: mysterie, liefde, liefdesverdriet en vreugde - ik kon het niet wegleggen.' Santa Montefiore 'Rijk en ongelooflijk levensecht. *De vrouw van de theeplanter* is historische fictie op haar best. Gewoonweg betoverend.' *The Sunday Express* Jon vliegt met twee vrienden naar Teheran voor een avontuurlijke skireis. Ze bereiden zich voor op extreme skitochten door bergen waarvan nog nooit iemand is afgedaald. Maar dan komt er door wat lijkt op een lawine een abrupt einde aan de euforie.

Dus jij wilt een held zijn? Miljonair Adam Drake, directeur van zijn eigen bedrijf, heeft een pijnlijk verleden overwonnen om zijn game-imperium op te bouwen. Hij heeft alles in de hand, en met de liefde die hij voelt voor geek girl Mia Strong is het laatste puzzelstukje van zijn leven op zijn plaats gevallen. Je prinses bevindt zich in een ander kasteel. Tot dat puzzelstukje plots verdwijnt omdat Mia zich zonder verklaring van hem afkeert. Hij weet zeker dat ze hulp nodig heeft, maar te koppig of bang is erom te vragen. En hoe meer hij probeert de controle terug te krijgen, hoe harder ze hem wegduwt. Dit probleem kan hij niet oplossen door een paar regels programmeringscode te schrijven. Hij zal diep moeten graven en zichzelf moeten blootgeven... of haar voor altijd verliezen.

De nieuwe bundel van Youp! Ooit vroeg de hoofdredacteur van NRC Handelsblad aan een groep lezers welke columnist altijd moest blijven. Het antwoord was: Youp! Daarna vroeg hij welke columnist onmiddellijk mocht vertrekken. Het antwoord was weer: Youp! En liefst zo snel mogelijk. Twee keer met stip op de eerste plaats. Youp zelf moet daar hartelijk om lachen. Hij vindt het heerlijk om al 35 jaar spraakmakend te zijn. Iedereen mag een uitgesproken mening over hem hebben, graag zelfs. Het was een stevig columnseizoen. Een door een virus totaal ontwrichte maatschappij in een wankele wereld. Bruut uit balans door de moord op George Floyd. Iedereen is ondertussen op weg naar het nieuwe normaal, wetende dat het oude normaal ook niet echt normaal was. Is het nieuwe dat dan wel? Youp denkt van niet. Of dat weet hij wel zeker. Dat laatste is een grapje. Hij weet namelijk niks zeker. Net als u en ik. Is dat zijn kracht? Of juist zijn zwakte?

Twee veertienjarige jongens, Sacha en Augustin, gaan op zoek naar thrills in het Parijs van de bevoorrechten. Ze trekken van feest naar feest, gaan van appartement dat op de Seine uitkijkt naar luxe hotelsuite; ze drinken, roken, vrijen en spuiten, meestal tegelijkertijd. Ze gaan alleen

naar school als ze daar zin in hebben en voelen zich door niets uitgedaagd. Ze zoeken wanhopig naar steeds extremere ervaringen, want wie geeft nog ergens om in deze tijd? Niets doet ertoe. Sacha Sperling beschrijft in *Ik*, voor eeuwig de angsten, twijfels en gevoelens van de jongere generatie en laat met een avontuurlijke stijl zijn verbazingwekkende literaire volwassenheid zien.

Het is een prachtige, zonnige dag in mei, en Samantha Duncan ligt zich te pletter te vervelen bij het zwembad in haar achtertuin. Haar moeder, Zoe, is op haar werk; van haar neurotische aanstaande stiefvader mag ze nergens aankomen, en omdat ze de ziekte van Pfeiffer heeft, is ze gedwongen thuis te blijven van school. Ze is dan ook blij als ze de buurvrouw hoort thuiskomen. Misschien heeft Tiffany wel tijd om even met haar te kletsen. Privédetective Jonathan Stivers van *De Laatste Linie* wordt gevraagd om Zoe Duncan te helpen bij het opsporen van haar spoorloos verdwenen dochter. Omdat niemand iets heeft gezien of gehoord en er geen enkel spoor is, is hij ervan overtuigd dat Sam door iemand uit haar naaste omgeving is ontvoerd. Maar zelfs hij weet niet hoe dichtbij Sam is, tot hij begint te vermoeden dat de keurige burens misschien niet zo netjes zijn als ze doen voorkomen...

Het gezin van Josephine Hurst draait op rolletjes. Met twee mooie dochters, een intelligente zoon en een goedverdienende echtgenoot lijkt haar leven perfect. Ze heeft alles wat haar hartje begeert. Wanneer haar oudste dochter Rose wegloopt met een onbekend vriendje, verstevigt Josephine de greep op haar gezin en transformeert ze haar onberispelijke huis in een donkere gevangenis. Jongste dochter Violet wordt opgenomen in een inrichting en stevige medicatie moet het autisme van zoon Will beperken. Het mooie plaatje wordt slechts met moeite bij elkaar gehouden en wanneer na een gewelddadig incident Jeugdzorg het gezin bezoekt, dreigt de monsterlijke waarheid over Josephine zelf aan het licht te komen. *Moeder, moeder* is een indringende en intelligente thriller over de duistere kant van moederliefde. Koren Zailckas (Saoedi-Arabië, 1980) schreef eerder een veelbesproken autobiografische roman over haar disfunctionele jeugd. Ze woont met haar familie in de omgeving van New York.

Tyler O'Neils belangrijkste voornemen deze Kerstmis? Er een groot feest van maken. Niet voor zichzelf, maar voor zijn dochter, Jess. Hij heeft trouwens zelf ook wat te vieren, want Snow Crystal, het ski-resort dat hij met zijn broers runt, is volgeboekt met de kerstdagen. Dat betekent dat Brenna, zijn beste vriendin, bij hem moet logeren, en hij mag absoluut niet laten merken dat hij meer dan alleen vriendschap voor haar voelt. Ski-instructeur Brenna Daniels vindt dat ze het prima voor elkaar heeft. Ze heeft van haar hobby haar werk gemaakt én ze kan dagelijks samenwerken met Tyler, op wie ze al jaren verliefd is. Niet dat er ooit iets gebeurd is... Ze verwacht dan ook niet dat het problemen zal opleveren dat ze een paar weken een huis zullen delen. Dan gebeurt er iets wat ze geen van beiden hadden verwacht: Tyler kust haar, en nu is alles anders...

In *'Macht aan de aardige mens'* van Pacelle van Goethem ontdek je de stijlen van overtuigen en de geheimen van onweerstaanbare mensen. Overtuigingskracht lijkt iets waarmee je geboren moet zijn; iets voor Gandhi en de Obama's. Maar overtuigen volgt zijn eigen logica, en charisma heeft best practices. Pacelle van Goethem beschreef in haar bestseller *'IJs verkopen aan eskimo's'* hoe overtuigen werkt. *'Macht aan de aardige mens'* bevat het deel daaruit over overtuigingskracht. Er zijn geweldige ideeën die nooit gehoord worden. Brilljante mensen die niet begrepen worden. En een grote mond die kan winnen met een minder goed plan. Klaar ermee! Tijd voor de sympathieke, weldenkende mens. De wereld zit te springen om goede ideeën. En goede ideeën vragen al je overtuigingskracht. Je hebt het in je, dus waarom zou je het niet gebruiken?

Huurmoord van Chris Bradford Meeslepend tot de laatste bladzijde Bodyguard Connor Reeves krijgt zijn gevaarlijkste opdracht tot nu toe. In een land dat geregeerd wordt door criminelen, moet hij Feliks beschermen, de enige zoon van de Russische miljardair en politicus Viktor

Malkov. Viktor wil zich inzetten voor het welzijn van alle inwoners van Rusland, maar de maffia heeft andere plannen en er staat een prijs op het hoofd van de miljardair. Feliks is zijn vaders enige zwakke plek, en Connor moet samen met zijn rivaal Jason een schild vormen tegen chantage, moord en ontvoering. Dit is de eerste missie waarbij Connor en Jason samen moeten werken. En met een sluipmoordenaar op vrije voeten, kan het ook meteen hun laatste zijn... 'Bradford heeft Jack Bauer, James Bond en Alex Rider weten te combineren in deze action packed thriller.' Goodreads.com Van Chris Bradford verscheen: De Bodyguard-serie Gijzeling Losgeld Hinderlaag Doelwit Huurmoord De Jonge Samoerai-serie De weg van de krijger De weg van het zwaard De weg van de draak De ring van aarde De ring van water De ring van vuur De ring van wind De ring van de hemel

De Surinaamse Sandra woont in een achterstandswijk. Ze gaat als enige uit haar wijk naar het zelfstandig gymnasium. Alles op 'het gym' is anders dan ze gewend is. Haar klasgenoten zitten op hockey, praten onverstaanbaar bekakt en hebben belachelijke namen als Jojanneke en Liselotte. Hoe moet Sandra omgaan met de kakkers die ze nu vrienden noemt? En wat moet ze doen met die ene klasgenoot die vastberaden is haar het leven zuur te maken? Sandra vecht voor een plek in een wereld waarin oude regels niet meer gelden en nieuwe regels volkomen onbegrijpelijk zijn. Het gym is een briljant en schrijnend verhaal over de multiculturele kramp van Nederland, eindelijk eens van binnenuit en met ongelooflijk veel humor beschreven door een van Nederlands meest getalenteerde schrijvers. Karin Amatmoekrim publiceerde eerder drie romans, die allemaal lovend werden ontvangen door de pers. Voor haar laatste roman Titus (2009) won ze de Black Magic Woman Literatuurprijs. Ze schrijft regelmatig voor nrc.next, De Groene Amsterdammer en de Volkskrant. 'Amatmoekrim schrijft direct, precies en dwingend.' vrij nederland 'Amatmoekrim blijft de nieuwsgierigheid prikkelen.' de volkskrant

'Hard en waanzinnig sexy.' Stephen King New York, 2035. Een meisje van acht wordt zwaar getraumatiseerd gevonden in een steegje. Ze herinnert zich niets meer en krijgt een nieuwe naam: Eve Dallas. Vijfentwintig jaar later is Eve een zeer getalenteerde detective van de New Yorkse politie, maar haar verleden blijft haar achtervolgen. Walter wordt op zijn verjaardag verrast met een surpriseparty, maar de echte verrassing moet nog komen: een vrouw met groene ogen en rood haar drukt hem een glas champagne in handen. Na één slokje bubbels is hij dood. Niemand op het feestje wist wie ze was, maar Eve Dallas herinnert zich deze Julianna maar al te goed. Het lijkt erop dat Julianna haar zinnen heeft gezet op een hereniging met Eve – eentje die ze niet snel zal vergeten. De pers over de Eve Dallas-serie van J.D. Robb 'Leest als een trein.' VN Detective en Thrillergids 'Voor de lezer die enkele uurtjes ontspanning zoekt en meegesleept wil worden in een spannend maar ook romantisch verhaal, is dit zeker een aanrader.' Hebban.nl 'Heeft alle ingrediënten die garant staan voor uren leesplezier.' Thrillzone.nl 'Robb neemt je mee door de straten van New York en weet je met het kat-en-muisspel tussen Dallas en haar tegenstander te boeien tot het eind.' ****

Dethriller.blogspot.nl

Ik weet dat ik nooit zal veranderen. Ik ben geboren in de duisternis, en dat is precies waar ik thuishoor. Rome is lief, teder en vanille. Maar dat ga ik veranderen. Ik zal haar laten zien wie ik echt ben. En die zwarte diamant aan haar vinger schuiven.

Twee families komen samen voor een zomerbruiloft in Nantucket. Alles is tot in de puntjes gepland door de overleden moeder van de bruid, die een notitieboekje achterliet met tips, plannen en ideeën voor de bruiloft van Jenna, haar jongste dochter. Alles moet op zijn plek vallen op deze feestelijke dag. Maar achter de schermen is niets zo perfect als het lijkt. De familie blijkt maar moeilijk zonder de verbindende kracht van de moeder te kunnen, en terwijl de aanstaanden zich verheugen op hun bruiloft, lijken de levens van hun familie en vrienden in duigen te vallen. In de dagen voor de bruiloft wordt de liefde op de proef gesteld, worden er schandalen onthuld, en worden harten gebroken of juist geheeld. Kan ware liefde alles

overwinnen?

Fool's Gold 7 - Zomerse dagen Fool's Gold lijkt de ideale woonplaats, maar er is één probleem: er wonen te weinig mannen... Heidi Simpson kan genoeg redenen bedenken waarom het een heel slecht idee is om iets te beginnen met Rafe Stryker. Ten eerste is hij een keiharde zakenman, en zij is al blij als ze haar geitenkaasjes aan de plaatselijke winkel heeft weten te slijten. Ten tweede heeft hij gezworen zich nooit meer in Fool's Gold te vestigen, terwijl zij er juist altijd wil blijven. Op de derde plaats heeft hij een relatiebemiddelaar ingeschakeld om de perfecte echtgenote te vinden - met een profiel waar zij natuurlijk totaal niet aan voldoet. En, last but not least, heeft hij een rechtszaak tegen haar grootvader aangespannen om háár boerderij voor zijn moeder op te eisen... Maar waarom fantaseert ze er dan steeds over om samen met hem oud en gelukkig te worden? Deel 7 van de serie Fool's Gold. Dit verhaal is eerder verschenen en ook los te lezen.

Na de prijswinnende podcast nu: Man, man, man - het boek. Over alles waar mannen zich mee bezighouden. In Man man man, het boek vertellen Domien Verschuuren, Bas Louissen en Chris Bergström – bekend van de podcast Man man man – je alles wat je altijd al wilde weten over mannen maar nooit durfde vragen. Net zoals de podcast bevat dit boek openhartige gesprekken over mannelijkheid. Het biedt een kwetsbare en grappige inkijk in hoe De Moderne Man zichzelf tegenwoordig ziet, en hoe 'mannelijk' hij denkt over een hele reeks aan onderwerpen. Daarnaast bevat het boek enkele langere persoonlijke verhalen, waarin de auteurs 'geen gêne hebben om over emoties te praten of te tonen wie ze echt zijn'. Man man man is met maandelijks meer dan een half miljoen streams een van de meest beluisterde podcasts in Nederland. De theatervoorstellingen die voortkwamen uit de podcast lokten duizenden mensen naar de zalen. Man man man, het boek is de volgende stap in hun succesverhaal. 'Dit is een fenomeen, het is niet anders te omschrijven!' Eva Jinek 'Hun onderlinge gesprekken, steeds over een ander thema, zitten vol bijzondere momenten. De sleutel naar het succes is hun openhartigheid.' **** de Volkskrant

Een rijke jongeman uit Londen vraagt de hand van de arme en emotioneel gebroken Ellen Kellaway. Haar droom komt uit, maar is het misschien te mooi om waar te zijn? Ellen is vanaf haar vijfde een weeskind en wordt onder hoede genomen door haar oom en tante. Zij laten haar keer op keer weten dat wat ze ook in haar leven zal bereiken, aan hun hartelijk te danken is. Wanneer de verloving met haar nieuwe vlam zich nadert, pleegt hij plotseling zelfmoord. Wat heeft haar neef Jago hiermee te maken? En welke mysterieuze familiegeheimen liggen er verborgen in haar erfenis, het eiland met het familiekaasteel voor de kust van Cornwall? 'De gevaarlijke erfenis' speelt zich af in het begin van de twintigste eeuw. Victoria Holt was een van de pseudoniemen van de populaire Engelse auteur Eleanor Hibbert (1906 - 1993). Ze wist als geen ander de geschiedenis onder de aandacht te brengen in haar boeken door het te combineren met haar rijke fantasie en romantiek. Hibbert beschikte over een breed talent en schreef boeken in verschillende genres onder diverse pseudoniemen, variërend van oude fictieve familieverhalen tot thrillers. Als Victoria Holt schreef Hibbert voornamelijk gotische romans die gaan over romantiek met een tintje mysterie. Hibbert heeft in haar leven meer dan 200 boeken geschreven die in 20 talen zijn verschenen en wereldwijd meer dan 100 miljoen keer verkocht zijn.

Voor de fans van Karin Slaughter, Lee Child, J.D. Barker en Thomas Olde Heuvelt. 'Loubry is een meester in het bespelen van je zenuwen. Dit boek is ijskoud, doodeng en heeft een briljante plot. Om in één keer te verslinden.' Le Parisien De jonge journalist Sandrine heeft haar grootmoeder nooit gekend. Als ze hoort dat de vrouw is overleden, wil ze graag de plaats bezoeken waar haar grootmoeder vrijwel haar hele leven heeft gewoond: een eiland voor de Franse kust. Sandrine reist af naar het koude, grijze eiland en maakt kennis met de bewoners. Die zijn daar, net als haar grootmoeder, in 1946 komen wonen en er nooit meer weggegaan. Al snel realiseert Sandrine zich dat de bewoners een gruwelijk geheim bewaren. Er is destijds

iets vreselijks gebeurd, want de bewoners zijn na al die jaren nog steeds doodsbang. Iets weerhoudt ze ervan het eiland te verlaten, alsof ze gevangenen zijn... Steeds sterker vermoedt Sandrine dat ook zijzelf door iets of iemand in de gaten wordt gehouden. Iemand die misschien ook een rol heeft gespeeld in de onfortuinlijke dood van haar grootmoeder. Wanneer inspecteur Damien Bouchard te horen krijgt dat er een jonge vrouw op het strand is aangetroffen, treft hij haar zwaar getraumatiseerd en onder het bloed aan. De vrouw, die Sandrine heet, beweert een vreselijke ontdekking te hebben gedaan op een eiland niet ver van de Franse kust. Het probleem? Niemand heeft ooit van dat eiland gehoord. In de pers 'Loubry is dé nieuwe stem in het Franse thrillergenre.' LFC Magazine 'Een mooi, spannend, genuanceerd en krachtig boek dat écht binnenkomt.' Le Provence 'Een formidabele pageturner!' Page des Libraires 'Een angstaanjagende en compleet verslavende thriller.' Aujourd'hui 'Een boek om je volledig in te verliezen.' Sud Ouest

Het boek voor alle vrouwen die aan het begin van de hormoonchaos staan of er middenin zitten. Meer dan de helft van de vrouwen tussen 40 en 60 jaar heeft klachten die veroorzaakt worden door hormonen die uit balans zijn. Vermoeidheid, depressie, gewichtstoename... De meeste van deze symptomen bij vrouwen boven de 40 zijn het resultaat van een verandering in de hormoonbalans, en worden niet goed behandeld. Dit kan komen omdat het niet wordt herkend, of vanwege het idee dat vrouwen nu maar 'eenmaal moeten leren leven' met deze klachten, juist omdat ze hormoongerelateerd zijn. Maar de hele (peri)menopauze hoeft echt geen tijd van ellende en lijden te zijn. De auteurs laten in dit boek zien hoe vrouwen een beter, gezonder en gelukkiger leven kunnen leiden, met dank aan de laatste onderzoeken uit de wetenschap en voorbeelden uit de praktijk.

De Experimentele klinische psychologie draagt bij aan kennis en begrip van de emotionele stoornissen, waaronder angststoornissen. Angststoornissen zijn de meest voorkomende psychiatrische stoornissen en staan na coronaire hartziekten op de tweede plaats in de top 10 van ziektelast (bron: RIVM). Cognitieve gedragstherapie voor angststoornissen is effectief, maar nog verre van optimaal. De angst komt vaak weer terug. Het geheugen voor angst is sterk en lijkt onuitwisbaar. Zo lang het emotionele geheugen intact blijft, ligt de terugkeer van angst op de loer. Vaak wordt aangenomen dat er een symmetrie is tussen het ontstaan en terugdringen van angst. Kortom, behandelingen zouden regelrecht kunnen worden afgeleid uit kennis over het ontstaan van angststoornissen. Deze aanname is onjuist gebleken.

Gedragsverandering kent andere wetmatigheden dan het ontstaan van emotionele stoornissen. In haar oratie zet Merel Kindt uiteen dat experimenteel onderzoek naar de onderliggende mechanismen van gedragsverandering noodzakelijk is voor de ontwikkeling van effectievere behandelingen. Onderzoek zal zich niet alleen moeten richten op het versterken van nieuw gedrag zoals in de afgelopen decennia, maar in de eerste plaats op het verzwakken van het emotionele geheugen. Alleen dan zal angst permanent kunnen worden teruggedrongen.

Ik weet hoe het is om geen vader te hebben. Of een moeder. Ik wil niet dat Diesel weet hoe dat voelt. Misschien moet ik me er niet mee bemoeien, maar dat kan ik niet. Ik hou te veel van hem. Net als ik denk dat alles goed gaat, gebeurt het onverwachte. De vijand die op de loer ligt in de schaduw toont zich eindelijk. En het was niet degene die ik verwachtte.

'Hoera!' schreef Jan Wolkers in zijn dagboek op 8 december 1972, toen hij van het bestuur van de Amsterdamse volkstuinvereniging Amstelglorie had gehoord dat tuintje 294 aan hem was toegewezen. 'Spitten, schoffelen en groente kweken!', br> Voor Wolkers was de volkstuin in de jaren zeventig zijn Hof van Eden, een weelderig groen paradijs met een klein wit houten huisje, dat hij vaardig naar zijn hand kon zetten en waar hij in alle seizoenen voluit leefde. 'We werken in de tuin, ik schrijf, Karina kijkt mijn werk na en studeert wat, 's avonds drinken we een whisky met een stukje ijs. Zo is het leven hier in de vrije natuur, die al met lijsterbessen en mistige ochtenden vol parelende spinnenwebben en bedauwde planten naar de herfst gaat.'

Familiegeheimen - het slot van een trilogie, samen met Judas en Dagboek van een getuige - is een pleidooi voor een bestaan dat niet bepaald wordt door anderen. Een leven waarin Astrid Holleeder het heft in eigen hand neemt, en kiest voor de liefde en niet voor de haat. In Familiegeheimen vertelt Astrid Holleeder openhartig en meeslepend over het leven dat zij en de andere leden van de familie - moeder Stien, dochter Miljuschka, zus Sonja en haar kinderen Richie en Francis - leiden, voor en tijdens het proces tegen Willem Holleeder. Maar vooral is er ruimte om na te denken over een leven daarna. Hoe neem je afscheid van een gezinslid? Hoe leef je met gevoelens van schuld, angst en verraad; hoe verhoud je je in een nieuwe gezinsformatie tot elkaar en tot de buitenwereld, en hoe kijk je naar de toekomst? In gesprekken met haar therapeute geeft Astrid Holleeder volledige openheid over haar diepste zielenroerselen, en zijn we getuige van de hernieuwde band met haar dochter Miljuschka, over wie ze nog niet eerder schreef. 'Wat ga je nu doen?'rbr 'Even naar Mil. Ik moet haar een vraag stellen, die ik haar nog niet heb durven stellen. En dan kan ik verder met mijn leven.'

Het mooiste kerstcadeau dat je kunt geven is... liefde. Miljardair onder de mistletoe Wanneer Sophie op het laatste moment de kerst van de knappe, superrijke Max Hamilton weet te redden, wint ze zijn eeuwige dankbaarheid. Maar veel liever zou ze zijn eeuwige liefde krijgen... Ingesneeuwd met haar baas Juist op kerstavond komt Amelia vast te zitten door een blizzard. Gelukkig verblijft ze in een luxeresort in Aspen - waar ze moet doen alsof ze de vriendin is van haar knappe baas, Luc Chevalier. Dat bedrog zullen ze dus nog even moeten volhouden. Alleen, is het wel allemaal toneelspel? Weerzien met Kerstmis Jaren nadat Felicia hem voor het laatst zag, staat haar eerste liefde, Gideon Ford, opeens voor de deur, aantrekkelijker dan ooit. Tot haar verwondering wil hij de feestdagen samen doorbrengen. Hij is zeker betoverd door de magie van kerst! In elk geval niet door haar... toch?

[Copyright: a1f68902702a4a252852ef3151482d7d](#)