

# על הספר: הצילו! מסעה הפרוע של אישה אחת, שניסתה לשנות את חייה דרך ספרי עזרה עצמית

מחברים: מחבר/ת: פאואר, מריאן

סימן מדף: פאו

מספר מיון: ס

משפט אחריות: מריאן פאואר ; מאנגלית: כפיר לוי ; עורכת הספר: יעל ינאי

כותר נוסף: !

מדיה: ספרים

סוג: ספר

ז'אנר: ספרות יפה

קהל היעד: מבוגרים

עמודים: 350 עמודים

גובה: 21 ס"מ

מוציאים לאור: כנרת, זמורה - מוציאים לאור מקום הוצאה: חבל מודיעין

שנת הוצאה: [2020]

מסת"ב: 9789655740622

מס. המרכז לספריות וספרות: 20-0090

שפה: עברית

תאריך קטלוג: 26/04/2026

## תקציר:

מריאן פאואר - בת 36, לא רזה, ולבד - מכורה לספרי עזרה עצמית. במשך שנים היא ריפדה את מדפי הספרים שלה בעותקים בלויים שלהם, שמבטיחים את הדרך לחיים טובים ומאושרים. ועדיין יום אחד היא מתעוררת לתובנה, שבין החיים שהיא חיה לבין החיים שהיא חולמת עליהם משתרע אוקיאנוס... אז היא מפשילה שרוולים. משהו חייב להשתנות. הגיע הזמן לברר סופית אם החיים המושלמים שחומקים ממנה - חיים בלי חובות, חרדות, הנגאובר או מרתונים של נטפליקס, חיים שבהם היא מדלגת בחדווה ברחבי העיר עם גבר יפה תואר בסוודר קשמיר - טמונים בספרים האלה. היא נודרת אם כך במשך שנה לבחון ספר אחד בחודש, להיצמד לכל מילה, כל הדרך הוודאית עד למריאן המושלמת. גם אם פירוש הדבר לדגמן בעירום, להעלות קטע סטנד אפ, להציע דייט לזר או לאבד שליטה. כשהשנה הזאת הופכת לרכבת הרים מסחררת, כשכל מה שהיא הכירה מתהפך על פיו, היא מוצאת את עצמה מתעמתת עם שאלה חדשה: ספרי עזרה עצמית יכולים לשנות את חיך, אבל האם לטובה? "הצילו!" הוא ספר מצחיק בטירוף ומרגש עד דמעות, שעוסק במסע פרוע אל עבר הגאולה האישית, ויהדהד בליבו של כל מי שאי־פעם חלם לגלות את האושר. מריאן פאואר היא עיתונאית וסופרת עצמאית שפועלת בלונדון. "הצילו!" הוא ספרה הראשון, ואמה אומרת שהוא הטוב ביותר שלה עד כה. היא מקווה שתיהנו ממנו. -- מאתר סטימצקי.