

OFERTA
PROMO
11
2025



STRONA
5



STRONA
7



STRONA
4



STRONA
13



STRONA
12



STRONA
8



STRONA
8



STRONA
11

Ateneum.

Ateneum M. Kogut, A. Zegiel spółka komandytowa
NIP: 6792811070 | KRS 0000945603 | REGON: 356857176

ul. Półnanki 12C
30-740 Kraków

12 263-73-73, 12 263-70-70
fax: wew. 401

WWW.ATENEUM.PL

ZDRÓWKA!

Aga Szuścik

ZDRÓWKA!



14 KROKÓW
DO ZDROWSZEGO ŻYCIA

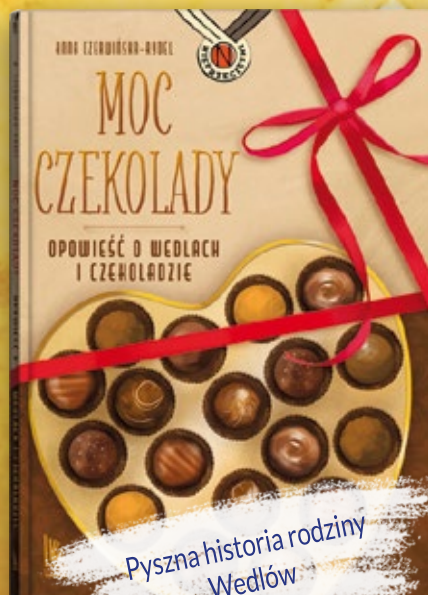
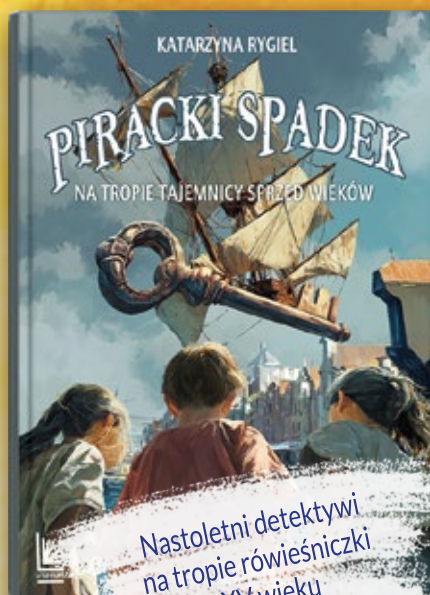
sensus

Ten poradnik zrozumiale, kreatywnie i z szacunkiem do czytelniczki oraz nauki wyjaśni, jak działają ciało i psychika, jak o nie dbać i po swoim podejmować sprzyjające zdrowiu wybory: żywieniowe, sportowe, pielęgnacyjne, medyczne, zawodowe, towarzyskie.

Poznaj 14 kroków do zdrowszego życia!

sensus

Jesiennie premiery



wydawnictwoliteratura



@Wydawnictwo.Literatura



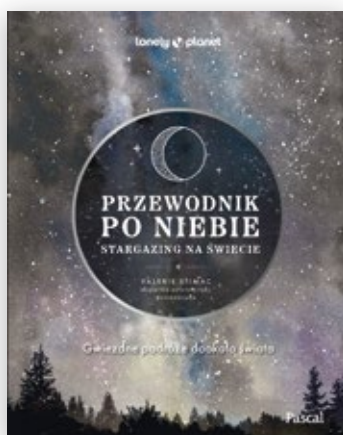
O menopauzie. Czego ginekolog ci nie powie
EAN: 9788381039758



O tarczycy. Czego ginekolog ci nie powie.
EAN: 9788383170787



O terapii menopauzy.
EAN: 9788383174891



Przewodnik po niebie. Stargazing na świecie
EAN: 9788383174198



Zuzia i Hania. Zima na Mazurach
EAN: 9788383174099



Dziękuję bogu, że się tu urodziłam.
Opowieści kobiet Egiptu
EAN: 9788383176314

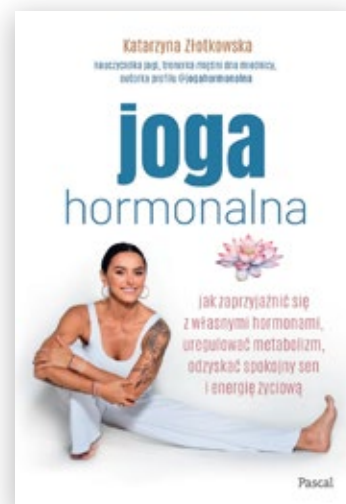
Szkoła sztuczek.
100 sztuczek magicznych,
którymi zadziwisz wszystkich!
EAN: 9788383175911



10% DODATKOWY RABAT

Pascal

Joga hormonalna.
EAN: 9788383174488



Bez bólu. Nie daj sobie wmówić, że ból to twoja uroda
EAN: 9788383174471

Ruch ma moc.
EAN: 9788383174761





10% DODATKOWY RABAT

Pascal

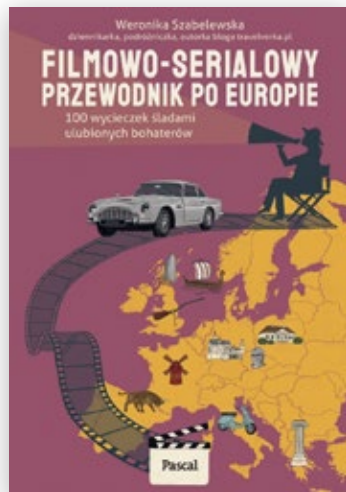
Umami. Jak smakuje Japonia.

EAN: 9788383174914



Nóż w pinocie, czyli jak dobierać
wino do potraw, a potrawy do wina.

EAN: 9788383174426



Filmowo-serialowy
przewodnik po Europie.

EAN: 9788383175751

Coomfort food

EAN: 9788383174082



Księga podróży. Wędrowka
przez wszystkie kraje świata

EAN: 9788383176284

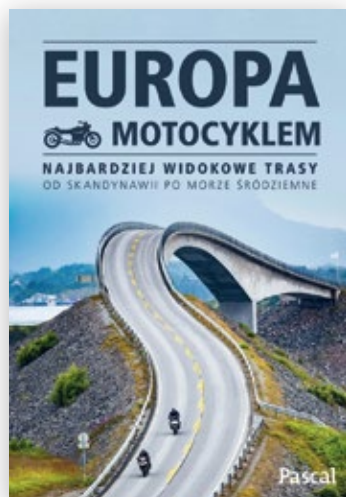


Europa rowerem.
50 najpiękniejszych tras

EAN: 9788383172378

Europa motocyklem.

EAN: 9788383176260



Chleb i smarowidło

EAN: 9788381039017



Druga książka
miesz, miesz.
365 dni z włoską
kuchnią Emiliano

EAN: 9788383175300

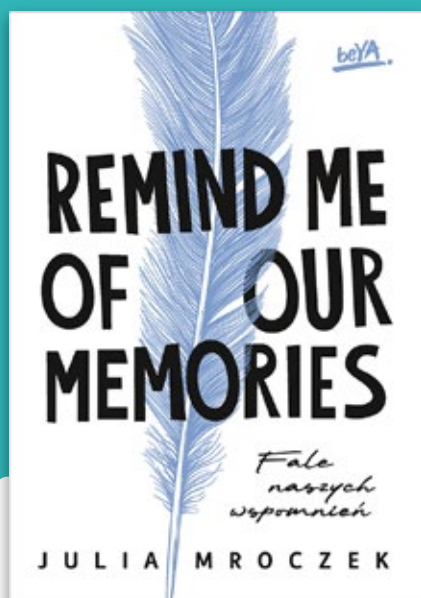


Mroczne tajemnice Wrocławia.
Zbrodnie, które wstrząsnęły miastem

EAN: 9788383176307



Wejar
EAN: 9788328926318



Remind Me of Our Memories.
EAN: 9788328918726

Not true love
EAN: 9788328919167



Walter Boys T.2
Mój powrót do Walterów
EAN: 9788328931022

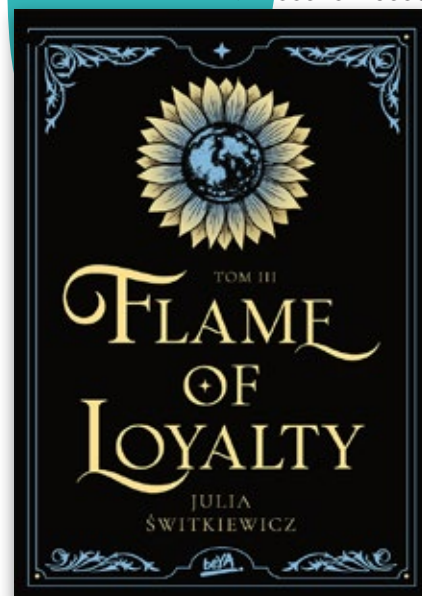
Dark desires
EAN: 9788328921214



Cztery Ojcow River Conway T.3
EAN: 9788328917811



Flame of Loyalty T.3
EAN: 9788328915336



Zło czai się w nas
EAN: 9788328921405





Dom złamanych obietnic
EAN: 9788328922297

My Beloved Monster.
Wydanie premium
EAN: 9788328910782



My Lovely Daisy.
Wydanie premium
EAN: 9788328927094



Długa droga w dół
EAN: 9788328912007

Breaking hearts
EAN: 9788328919792



Rozkwit. Faza 1. Bitter
EAN: 9788328907287



Rozkwit. Faza 2. Bitter
EAN: 9788328907294



Aquarius
EAN: 9788328914803





Fresh Kolonotatnik ozdobny A7
N9843 Pies 64 stron gładki
EAN: 6971901345801



FRESH Szkicownik 200x143 24
stron 100g/m2 TW 24388 Gnomy
EAN: 4823089234229



FTNB192 Notatnik A5 linia TW
Pawie Ashmolean Museum
EAN: 9781787550315



ALEX M01 Kubek
Crazy Dog Lady Psiara
EAN: 5060108714372



FTNB377 Notatnik A5 linia TW
Sowa Folk Bee Brown
EAN: 9781835621806



SG Maskotka Kapibara
z kaczka 30cm
EAN: 5904161814245



FRESH Szkicownik 165x128 24 stron
100g/m2 TW 24348 Kotorożka
EAN: 4823089233789



FRESH Pamiętnik z kłódką A6 N9856
Dziewczynka z kotkiem 64 stron gładki
EAN: 6971901346235



FRESH Notatnik 128x165 48
kartek gładki 24303 Kotorożka
EAN: 4823089233291



Notatnik ozdobny 100x100 48 stron
gładki Twarda 24310 Szop i ptaszek
EAN: 4823089233376



FTNB295 Notatnik A5 linia TW
Foraging by Moonlight Annie Soudain
EAN: 9781839648144



Fresh Notatnik ozdobny A7
N9805 Sówka 48 stron gładki TW
EAN: 6971901345757



Fresh Kolorowanka kreatywna A4 pionowa 8
obrazków 24137 India pomarańcz
EAN: 4823089232379



FRESH Papier do origami 100x100
35 arkuszy 80g/m2 KRÓLIK
EAN: 4823089232676



Kolorowanka antystresowa
200x200 12 stron BR Floral idias
EAN: 4823089218113



FTJP038 Puzzle 1000
Pole maków Gustav Klimt
EAN: 9781787558823



SG Maskotka Kapibara z
owocem 30cm
EAN: 5904161814238



ALEX C153 Podkładka pod kubek
Crazy Cat Lady Kociara
EAN: 5060108715621



Fresh Torebka ozdobna matowa
18x23x10cm GB24129 malowane kwiaty
EAN: 8403416501826



DRAGONS Jak wytresować smoka?
Megazestaw 3 magazyny + 3 prezenty
EAN: 4823089218113

Nowa seria autorek bestsellerowego Pinka!

Główny bohater, sympatyczny Titek, zaprasza dzieci w wieku 3-5 lat do wspólnego odkrywania codziennych wyzwań – takich jak radzenie sobie z łękiem, złością, zasypianiem czy sprzątaniem. Każda opowieść to mała podróż pełna emocji, prostych rozwiązań i serdecznych rozmów, które pomagają maluchom lepiej rozumieć siebie i świat wokół nich.

Z Titkiem trudne chwile zamieniają się w ciekawe lekcje – i to z uśmiechem!




CZYTALISEK

Wyspa kuchenna
EAN: 5054131054420



Trojaczki perskich kotków
EAN: 5054131054581



**Sylvanian Families
Koncert w przedszkolu**
EAN: 5054131058176



Światła sufitowe
EAN: 5054131055281



Pralka i odkurzacz
EAN: 5054131054451



Łóżko podwójne
EAN: 5054131050194



EPOCH

3%
DODATKOWY
RABAT

**Spacerówka dla
trojaczek**
EAN: 5054131055335



Przedszkolaki Baby Duo
EAN: 5054131057476



Autobus kolorowy
EAN: 5054131057445



Domowe naleśniki
EAN: 5054131052259





**CzuCzu Magiczne puzzle
Syrenki 4+**
EAN: 5902983492399



**CzuCzu Uczy Zabawy logiczne
dla dzieci od 2-3 lat**
EAN: 9788366762343



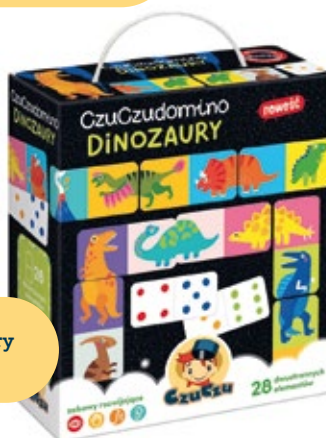
**CzuCzu Uczy Zabawy logiczne
dla dzieci od 3-4 lat**
EAN: 9788366762350



**Akademia CzuCzu
Przeciwnieństwa**
EAN: 9788366762220



**CzuCzu Karty obrazkowe na
sznurku Pojazdy 1+**
EAN: 9788366762152



CzuCzu Domino Dinozaury
EAN: 5902983491620



Akademia CzuCzu Cyfry
EAN: 9788366762282



CzuCzu Domino Kolory
EAN: 5902983491606



**CzuCzu Uczy Zabawy logiczne
dla dzieci od 5-6 lat**
EAN: 9788366762374



**CzuCzu Puzzle
Grr Dinozaury 4+**
EAN: 5902983492412



**CzuCzu Puzzle
Ach Jednorożce 4+**
EAN: 5902983492405

**CzuCzu Memory
Zwierzęta świata 3+**
EAN: 5902983492535





CzuCzu Uczy Zabawy logiczne
dla dzieci od 4-5 lat
EAN: 9788366762367



CzuCzu Karty obrazkowe na sznurku Pierwsze słowa
EAN: 9788366762138

CzuCzu Dzikie puzzle Sawanna 2+
EAN: 5902983492276



Paluszkowe zabawy CzuCzu dla dzieci 15m+
EAN: 9788366762732



Paluszkowe zabawy CzuCzu dla dzieci 12m+
EAN: 9788366762725



Puzzlove CzuCzu Kury 1000el puzzle rodzinne
EAN: 5902983493389



Paluszkowe zabawy CzuCzu dla dzieci 18m+
EAN: 9788366762749



CzuCzu Lotto Zakupy 2+
EAN: 5902983492207



CzuCzu Puzzle kreatywne Robot Lab 3+
EAN: 5902983492269



Paluszkowe zabawy CzuCzu dla dzieci 2+
EAN: 9788366762756



CzuCzu Puzzle Hau Pieski 3+
EAN: 5902983492191



CzuCzu Puzzle Miau Kotki 3+
EAN: 5902983492184

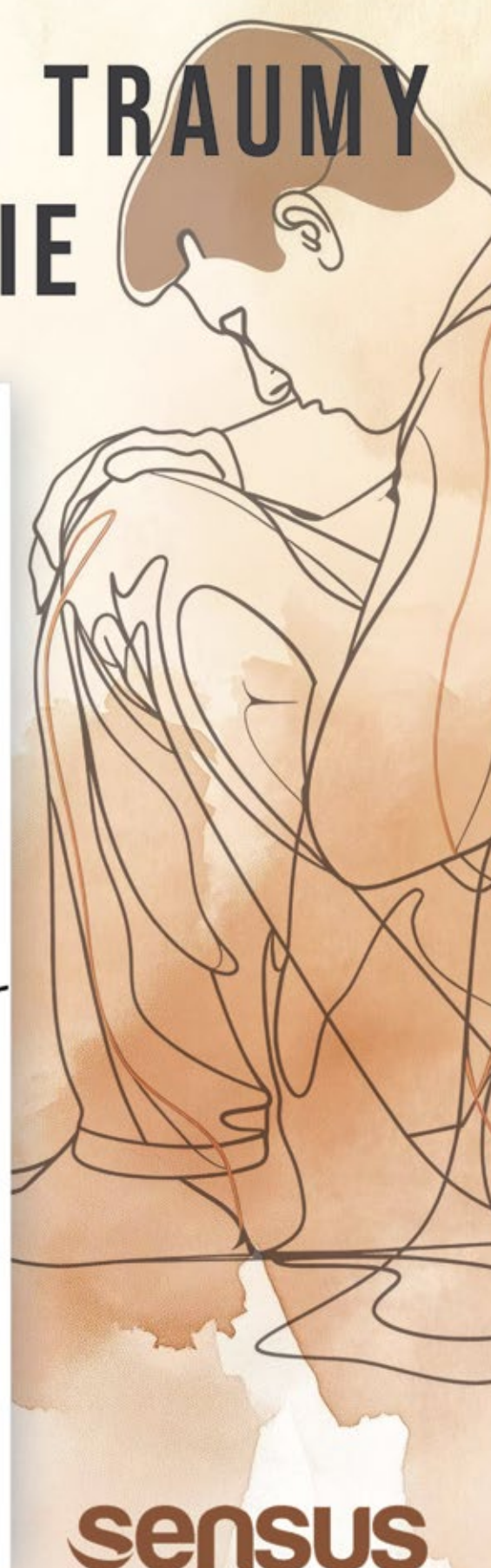


TRZECI TOM
BESTSELLEROWEJ
SERII
Young Adult!

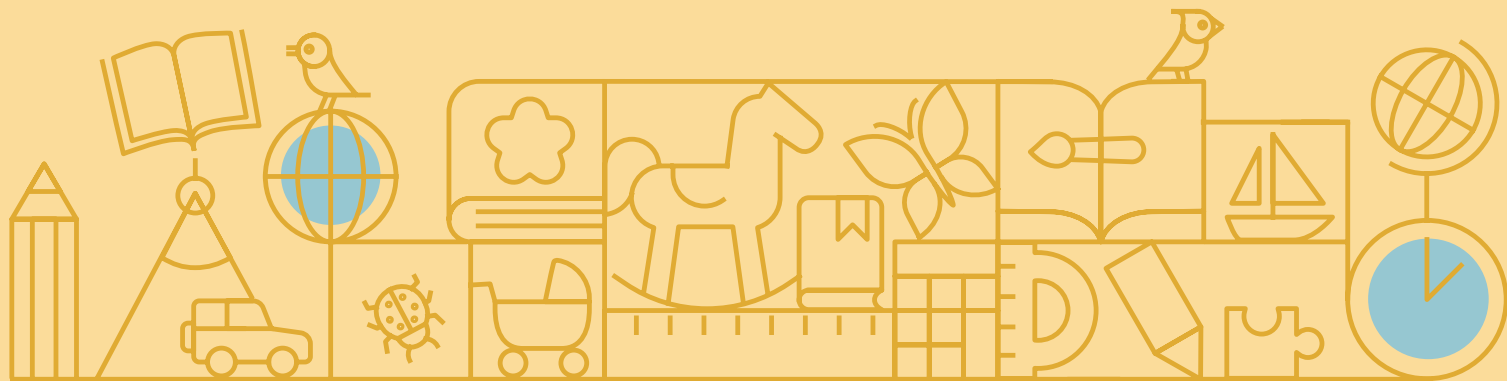


beYA!

ULECZ DZIECIĘCE TRAUMY I ODZYSKAJ SIEBIE



To, kim jesteśmy i jak funkcjonujemy w dorosłym życiu, w dużej mierze stanowi wynikową tego, jakie są nasze doświadczenia i jak nas traktowano w dzieciństwie. Oczywiście jest, że większość z nas była kochana, jednak, mimo nawet najlepszych intencji, nader często nieświadomie bliscy nas ranili. Te rany określamy mianem rany odrzucenia. Choć z pozoru często nieracjonalne, uczucie bycia odepchniętą przez bliskich ludzi bywa tak silne i niewygodne, że nasza sprytna psychika robi wszystko, by go do siebie nie dopuścić. To taktyka, która pozwala nam przetrwać, ale odcina nas od prawdziwego życia: od innych ludzi, ale przede wszystkim od siebie samych.



Nowość w
Ateneum.

promocja *miesiąca*

**Największy
wybór książek,
gier, zabawek,
artykułów
papierniczych
oraz upominków
z ekstra rabatem!**

Szczegóły promocji na stronie **ateneum.pl** w zakładce **Promocja miesiąca**
Czas trwania promocji od 1 do 30 listopada 2025 r. Ekstra rabaty do 30% od cen detalicznych netto.