



## **Игнатенко Н. И. Самомассаж. Уникальная методика для оздоровления организма и лечения хронических заболеваний.**

В книге рассмотрены методики самомассажа для оздоровления и лечения более 240 различных заболеваний, основанные на восстановлении природных механизмов саморегуляции организма. Несложные приемы оказывают глубокое воздействие на иммунную, эндокринную, вегетативную нервную системы, высвобождают внутренние резервы организма. Каждый, кто овладеет этими методами, сможет вылечить головную боль, гастрит, радикулит, боли в суставах, бессонницу, дискинезию желчевыводящих путей и многие другие болезни. Многочисленные фотографии иллюстрируют различные способы самомассажа.



## **Джуан Стивен. Странности нашего мозга**

Доктор Стивен Джуан, автор бестселлера "Странности нашего тела", - ученый, преподаватель, журналист и антрополог. В книге "*Странности нашего мозга*" он раскрывает все секреты и особенности работы одной из самых сложных и малоизученных частей человеческого организма - мозга. Почему мы боимся темноты и замкнутых пространств? Почему слышим потусторонние голоса? Какова продолжительность жизни каждой клетки головного мозга? И можно ли улучшить фигуру с помощью гипноза? К научным фактам и исследованиям известных ученых доктор Джуан подходит с необходимой долей юмора.



## **Чернова А.Г. Искусство вышивки лентами.**

В книге предлагается описание технологии вышивания шелковыми лентами - вида творчества, который в настоящее время еще не получил широкого применения. На страницах издания читатель найдет сведения об истории вышивания, композиционном построении орнаментов, цветовой гармонии, подборе материалов и инструментов. Подробное описание последовательности вышивания цветов, рисунки узоров и фотографии готовых изделий помогут любителям рукоделия освоить новый, увлекательный и очень красивый способ вышивания лентами. Для широкого круга читателей.



## **Калюжный С. И. Огород у вас дома.**

Необходимым, полезным и любимым делом практически для каждого человека издревле является садоводство. Именно на земельном участке можно найти спокойствие и истинное удовлетворение. Растения - это уникальное природное явление. Современному человеку приходится покупать овощи в магазине или на рынке, что лишает его возможности наблюдать за условиями, в которых они выращиваются. Что же делать в таком случае? Ответ можно найти в этой книге. Все действия, описанные в ней, будут совершаться в окружении четырех стен жилища. И, прочитав ее, читатель наверняка удивится, как легко и приятно иметь домашний огород.



### **Войцеховский А. Загадки Атлантиды.**

Олицетворение тайны, вместившей в себя и легендарную историю древнейшей цивилизации, и описание страшной катастрофы, которая стерла с лица земли прекрасное и дерзновенное царство могущественных магов - все это скрыто в чарующем слове "Атлантида". Следы ее культуры уже не первый век ищут в волшебном мире покрытых мудрыми иероглифами гробниц и папирусных свитков Древнего Египта, в чудом уцелевших манускриптах ацтеков и майя, в потаенных морских глубинах, пытаюсь обнаружить материальные следы затонувшего острова. Автор книги, Алим Иванович Войцеховский, возвращается к классическому варианту нахождения Атлантиды в Атлантике - как о том писал в своих "Диалогах" мудрый Платон.



### **Вершинина Н. Как стрелять глазами без осечек. 100% гарантия любовных побед**

Данная книга предназначена для женщин и мужчин, стремящихся к совершенству, желающих найти свою вторую половину и поднять самооценку. С помощью нехитрых приемов прекрасная половина человечества сможет стать еще прекраснее и желаннее, а сильная половина - еще неотразимее и притягательнее. Руководствуясь приведенными в издании советами, можно не только вскружить голову предмету своей симпатии, но и сделать так, чтобы он стал вашим спутником или спутницей на долгие годы.



### **Блэйни Д. Очень краткая история мира. Заметки на полях истории человечества.**

Эта книга - попытка создания не слишком пространного очерка всемирной истории. Здесь рассматривается история, начиная со времени, когда первые люди покинули Африку, чтобы расселиться по земному шару до сегодняшнего дня.



### **Зайпель Х. Путин. Логика власти.**

«Хуберт Зайпель имеет лучший доступ к Путину, чем любой другой западный журналист» («Spiegel»). В этом одно из принципиально важных достоинств книги – она написана на основе многочисленных личных встреч, бесед, совместных поездок Владимира Путина и немецкого тележурналиста. Свою главную задачу Зайпель видел не в том, чтобы создать ещё один «авторский» портрет российского президента, а в том, чтобы максимально точно и полно донести до немецкого читателя подлинные взгляды Владимира Путина и мотивы его решений. Российский читатель несомненно оценит стремление автора к объективности и согласится с его главным выводом: прочный мир

в Европе и взаимопонимание между Востоком и Западом может строиться не на эскалации страхов и угроз, а лишь на взаимном признании различных интересов и суверенитетов.

## Мединский В. О русской демократии, грязи и "тюрьме народов".



Россия никогда не имела демократической традиции и поэтому не может существовать без "сильной руки". Вся ее история: от князя Святослава до Суворова и Жукова, от щита над воротами Царьграда до казаков в Париже, советских танков в Вене и ракет на Кубе - это история непрекращающейся военной экспансии военно-бюрократического государства. Сожжены и вырезаны Новгород и Казань, украден у татар Крым, разделена и обезглавлена Польша, закабалены свободолюбивые народы Кавказа, царскими колониальными войсками покорены независимые ханства Средней Азии. Везде Империя насаждала свои порядки, свою единственно верную "православную" веру, свой чиновничий аппарат. Так крошечная мононациональная Московия превратилась в гигантскую "тюрьму народов" почти в 1/5 суши. При этом отсутствие европейской культуры быта породило в крестьянской стране ту ужасающую антисанитарию, неряшливость и вековую грязь, избавиться от которой Россия не в состоянии по сей день... Так вот, все вышесказанное, по мнению автора, - ложь. В этой книге, второй в серии "Мифов о России", он доказывает совершенно обратное. Читайте. Думайте. Спорьте.



## Стриженов О. Олег Стриженов и Лионелла Пырьева. Исповедь.

"Судьба несколько раз сводила меня со Стриженовым, как будто испытывала мои чувства на прочность", - рассказывает актриса Лионелла Стриженова. В 1955 году 17-летняя Лионелла Скирда впервые посмотрела фильм "Овод" и была поражена красотой и мужеством главного героя, которого играл Олег Стриженов. Провидение послало им случайную встречу в родном городе Лионеллы - Одессе, где проходили съемки фильма "Мексиканец". В тот день девушка шла в поликлинику и вдруг увидела толпу. В самом центре съемочной площадки стоял Стриженов. "Он повернулся, посмотрел на меня и сказал: "Ее не прогоняйте". А в перерыве между съемками подошел и спросил мое имя. Так мы познакомились", - рассказывает Лионелла Ивановна. Но это был мимолетный

эпизод. Вновь встретились они лишь спустя годы и больше уже не расставались. Эта книга - предельно искренний рассказ Олега Александровича Стриженова о себе и своей жене.



## Назарова А. Оливковое и льняное масло - проверенные средства для вашего здоровья.

Оливковое и льняное масло - ценные продукты, широко используемые в народной медицине и для ухода за лицом, телом и волосами. Их применяют в натуральном виде, а также в качестве основы для масляных настоек, мазей, масок из лекарственных растений и натуральных продуктов. В книге содержатся рецепты средств домашнего приготовления для лечения различных болезней, поддержания здоровья и красоты. Перед началом применения необходима консультация врача.

## Кизима Г. Самая полная книга разумно ленивого дачника. Секреты легкого урожая



"Не копать!", "не полоть!" и "не поливать!" - это основы новейшей, без преувеличения, революционной концепции, предложенной известным садоводом-практиком, автором десятков книг по выращиванию овощей и фруктов на даче, Галины анным и неприемлемым, но не торопитесь с выводами. То, что он работает уже доказано самим автором и сотнями тысячами ее последователей, многие из которых когда-то скептически отнеслись к призывам знаменитой огородницы с 55-летним стажем. Следуя советам Галины Александровны Кизимы, вы с удивлением очень быстро обнаружите, что многие некогда трудоемкие операции по уходу за растениями исчезнут из арсенала обязательных, но это скажется на урожае только в лучшую сторону. В этой книге

вы найдете ответ на, казалось бы, неразрешимый вопрос: как поменьше работать, но больше получать.

