

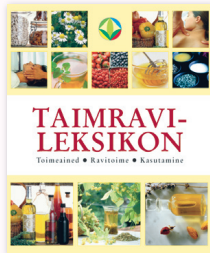


Aili Paju, Riina Raudsik
STRESS
kui asümmeetriline seisund.
Looduslik ravi
128 lk, KK

Tunnustatud arstide praktiline käsiraamat, mis tutvustab ja selgitab, mis meie organismis tegelikult ülekoormuse tõttu toimub, milles stress väljenduda võib, kuidas sellega toime tulla ning end enda ja lähedaste meeleheaks ikkagi normaalsesse seisu tagasi viia.

Stressiraamat ei ole mõnus lugemine, aga paraku liigagi paljudele meie hulgast igapäevane probleem. Autorite sõnul saame siiski palju ise ära teha.

290.-



Anne Iburg
TAIMRAVILEKSIKON
Toimeained. Ravitoime. Kasutamine
284 lk, KK

Tutvustatakse taimravi ajalugu, räägitakse kodustest rohtudest, homöopaatias, füsioteraapiast. Tutvustatakse taimseid toimeaineid, kasutusviise, korjamist, säilitamist.

Kokku tutvustatakse lähemalt üle 100 loodusliku ravimi.

Saadaval vaid viimased raamatud!

198.-



Priit Põldma, Toivo Niiberg
KÕRVITSARAAMAT
208 lk, pehme köide, värvitahvlid

Raamat annab ülevaate kõrvitsaliste sugukonnast, kuhu kuulub üle 800 liigi 119 perekonnast. Kõrvitsaliste viili on üks taimerigi suurimaid, kaaludes kuni 300 kg ja rohkemgi. Samas on väiksemad viljad rusikasuurused.

Harilik kõrvits on üks vanemaid kultuurtaimi, mida kasvatati Mehhikos juba 9000 aastat tagasi. Euroopasse jõudis kõrvits üsna pea pärast Ameerika avastamist 16. sajandil.

Autorid annavad ülevaate kõrvitsa sortidest, agrotehnikast, haigustest ja kahjuritest. Juttu on ka kabatsökist, patissonist, melonist, arbuusist, õlikõrvitsast, pudelkõrvitsast, käsnkõrvitsast, ogamelonist ja paljudest teistest põnevatest perekonna liikmetest.

Kõrvitsa kasulikud omadused, mida samuti täpsemalt vaadeldakse, on meid õpetanud teda mitmel eri moel säilitama. Just siit leiata ka hulgaliselt eri viise ja retsepte.

175.-

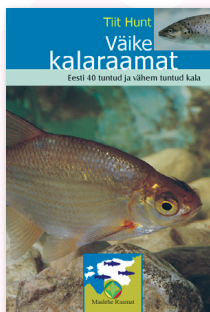


Anne Kersna, Sirje Rekkor, Reet Piiri, Dina Aarma, Õile Aavik, Inara Luigas, Elli Vendla, Inge Rego
ESTONIAN NATIONAL CUISINE
168 lk, KK

DIE ESTNISCHE NATIONALKÜCHE
176 lk, KK

Menuka eesti toidu raamatu inglisi- ja saksakeelne tõlge, suurepärase kingitus sõpradele välismaal või partneritele EV 90 juubeliaastal!

220.-



Tiit Hunt
VÄIKE KALARAAMAT
94 lk, kilekaaned, taskuformaad

Raamatust leiata 40 meie vetes elava kala tutvustuse, väljaniägemise, elupaiga ja -viisi kirjelduse. Autori fotod on tehtud elus kaladest vees, hõlbustades kalade äratundmist. Pildid vahvalt põikipidi, et sabad ja uimed raamatu murrujoonest rikutud ei saaks.

99.-



VÄIKE RAVIMTAIMERAAMAT
Eesti 36 tuntumat ravimtaime

80 lk, kilekaaned, taskuformaad
Koostaja Riina Tammsaar, eessõna prof Aili Paju

Iseloomustus. Õitsemisaeg. Kasvukoht. Kogumine. Kasutamine. Huvitavaid fakte.

79.-



Ain Raitviir
VÄIKE SÖÖGISEENERAAMAT
72 lk, kilekaaned, taskuformaad

30 meie metsade parimat söögiseent foto ja täpse kirjeldusega.

79.-



Toomas Kukk, Ain Raitviir
VÄIKE METSALILLERAAMAT
Eesti 32 tuntumat metsataime
80 lk, kilekaaned, taskuformaad

Tuntud taimed kirjelduse, põnevate faktide ja äratundmist hõlbustava fotoga.

99.-

Tunne end ja loodust ja end looduse osana.....