

ОТРАСЛЕВАЯ ЛИТЕРАТУРА

ЕСТЕСТВЕННЫЕ НАУКИ

ОБРАЗОВАНИЕ.
ПЕДАГОГИКА

ТЕХНИЧЕСКИЕ НАУКИ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
И СПОРТ

СЕЛЬСКОЕ И ЛЕСНОЕ
ХОЗЯЙСТВО

СРЕДСТВА МАССОВОЙ ИН-
ФОРМАЦИИ

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ.
МЕДИЦИНСКИЕ НАУКИ

ФОЛЬКЛОР

ИСТОРИЯ

ЛИТЕРАТУРОВЕДЕНИЕ

ЭКОНОМИКА

ИСКУССТВО

ПОЛИТИКА

РЕЛИГИЯ

ПРАВО

ПСИХОЛОГИЯ

ЕСТЕСТВЕННЫЕ НАУКИ

ГЕОГРАФИЯ

26.89(4Чех)

E15

Евдокимова, Юлия Владиславовна. Великолепная Прага : город золотого волшебства : блюда, легенды, тайны : [16+] / Юлия Евдокимова ; фотографии А. Евдокимова. - Москва : Эксмо, Хлеб*Соль, 2022. - 318, [1] с. : ил., фот. ; 22. - (Есть. Читать. Любить). - Вариант заглавия : Город золотого волшебства 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Прага не зря получила свое имя — порог. Между небом и землей, между светом и тьмой. Это город нереальный, на самом деле не существующий. Здесь каждый камень, каждый дом хранит свои легенды и истории, разыгрывает спектакли перед случайным путником. В чертовой речке крутит колесо мельницы водник-водяной, хихикают русалки под мостом в самом центре города, бродит тень алхимика с золотым носом, исполняют желания духи Карлова моста. Как это все сочетается с рульками, гуляшиками, пивичком, бехеровичкой и кавичкой-кофечком нам с вами предстоит узнать из этой книги. По дороге мы забредем в Будапешт, чтобы раскрыть его тайны и попробовать его блюда. Ведь чтобы встретить самые лучшие приключения, надо отправляться в путешествие. Особенно, если там вкусно кормят!

26.89(4Ита)

E15

Евдокимова, Юлия Владиславовна. Вкус итальянской осени : кофе, тайны и туманы : [16+] / Юлия Евдокимова ; [фотографии автора]. - Москва : Эксмо, Хлеб*Соль, 2022. - 365, [1] с. : карты, ил., фот. ; 22. - (Есть. Читать. Любить). - Вариант заглавия : Кофе, тайны и туманы 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Мы любим Италию, даже ни разу не побывав в ней. Потому что Италией пронизаны все мировое искусство и вся мировая кулинария! Но автор этой книги хочет с нами поделиться теми местами этой страны, о которых мало знают даже те, кто по ней путешествовал. Непознанные регионы Лигурия и Базиликата, очаровательные итальянские борго (маленькие городки), яркие большие Неаполь и Генуя, древний Бари с Николаем Святителем. И конечно, Рим, и конечно, Флоренция. И везде ни на что не похожие блюда, приготовляемые специально для вас, и везде — преклонение перед искусством кулинарии и теми, кто сохраняет традиции итальянской кухни. Италия хороша в любое время года, и даже осенью, особенно под дивный аромат обязательной чашечки кофе.

26.89(4Ита)

E15

Евдокимова, Юлия Владиславовна. Вкусная Венеция : любовь, еда и тайны северной Италии : [16+] / Юлия Евдокимова ; [фотографии А. Евдокимова]. - Москва : Эксмо, Хлеб*Соль, 2021. - 412, [1] с. : ил., фот. ; 22. - (Есть. Читать. Любить). - Вариант заглавия : Любовь, еда и тайны северной Италии 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Эта книга приглашает в Италию под сенью Альп. Отсюда, от горных вершин и озер, старинных городов и маленьких деревень, и начинается Италия. Мы приготовим венецианскую пасту с анчоусами и попробуем богатые блюда Вероны, узнаем секреты приготовления настоящего гуляша, зайдём в старейшее кафе Падуи и в гости к тирольскому повару, переночуем в старом монастыре и погуляем по древним замкам, услышим легенды и запишем новые рецепты. Но прежде всего книга приглашает в Венецию, таинственную и прекрасную, раскрывает ее секреты и тайные уголки, делится ее вкусными рецептами.

26.89(4Фра)

E15

Евдокимова, Юлия Владиславовна. Волшебное лето во Франции : замки, фиалки и вишневый пирог : [16+] / Юлия Евдокимова ; фото автора. - Москва : Эксмо, Хлеб*Соль, 2022. - 348, [1] с. : ил., фот. ; 22. - (Еда, города, истории. Книги со вкусом путешествий). - Вариант заглавия : Замки, фиалки и вишневый пирог 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Как выжить в замке в маленькой деревне вдали от Парижа? Подружиться с поваром местного рестораника, не бояться деревенских сплетен, выпросить у мадам Жубер рецепт лучшего соуса и очаровать местного волкодава. И тогда вам откроют старинные секреты и бутылку прекрасного вина и подарят рецепт вишневого пирога. Эта книга о замках и мечтах, о тайнах и волшебниках, о море и деревенских рынках. А все вместе – о путешествии и кулинарии. Открывайте книгу – и ныряйте в волшебство, ведь только феи могли придумать блюда из фиалковых лепестков!

26.89(2Рос)

Е15

Евдокимова, Юлия Владиславовна. К России с любовью! : в поисках тишины, восходов и изумрудного варенья : [16+] / Юлия Евдокимова ; фото Алексея Евдокимова. - Москва : Эксмо, Хлеб*Соль, 2023. - 414, [1] с. : ил., фот. ; 22. - (Еда, города, истории. Книги со вкусом путешествий). - Вариант заглавия : В поисках тишины, восходов и изумрудного варенья 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Эта книга приглашает в путешествие, для которого не нужны визы. Она зовет в старые городки, где из-за леса доносится колокольный звон, выходят на берег рыбаки на закате, накрывает медовый аромат трав. Каждый из городов в этой книге особенный. Они не забыли о своем прошлом, они хранят старые легенды, здесь легко поверить в закопанные в лесах клады или спящую в глубине горы кровожадную царевну. Здесь подают лапшу на домашней курочке, и ложка стоит в густом оранжевом супе, и чувашский сыр из печи, и марийские пироги. И хреновуху – непременно! – и огурчик хрустящий, упругий, только из рассола. И яблочки моченые в соломе, и сало со слезой, и холодный мятный квас. Вам захочется побывать в этих местах, приготовить блюда по рецептам из привычных продуктов, а значит – встретимся в России!

26.89(4Ита)

Е15

Евдокимова, Юлия Владиславовна. Нежная магия Тосканы : вино, коты и призраки : [16+] / Юлия Евдокимова ; фото автора. - 2-е издание. - Москва : Эксмо, Хлеб*Соль, 2022. - 382, [1] с. : ил., фот. ; 22. - (Еда, города, истории. Книги со вкусом путешествий). - Вариант заглавия : Вино, коты и призраки 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Откройте эту книгу, и вы окажетесь среди холмов и виноградников и узнаете секреты прекрасной Флоренции, услышите шум ветра в оливах и увидите, как вспыхивает солнце в бокале кьянти. Тосканские бабушки расскажут вам сказки и поделятся семейными рецептами, а коты поведут на прогулку вокруг древнего борго. Но будьте осторожны: уже скользит тень Белой Дамы в коридорах замка, а флорентийское привидение ждет свою лазанью. Нежная магия Тосканы сладка, как запах весеннего олеандра и горька, как осенний ликер «Амаро», и стоит вдохнуть ее аромат – тоска по Тоскане неизлечима. Добро пожаловать в Италию легенд, историй и вкусных блюд из деревенских trattorie!

26.89(5Маз)

К43

Кириенко, Дарья. Малайзия изнутри : как на самом деле живут в стране вечного лета, дурианов и райских пляжей? : [16+] / Дарья Кириенко. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 284, [1] с., [8] л. цв. фот, портр. ; 21. - (Глазами других. Как на самом деле живут в разных странах?) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)**Аннотация:** Малайзия – удивительная и многогранная страна. Природное разнообразие, невероятное количество национальностей, необычная кухня, буйство красок и улыбок – тропическая сказка для туриста. Какие секреты она скрывает? Дарья Кириенко уже двадцать лет живет в Малайзии, ведет подкаст о стране "Сказки о Малайзии", является автором многочисленных информативных статей в таких изданиях как Cosmopolitan, Ведомости, РИА-Новости. Она приоткрывает завесу тайны и расскажет о том, как живут в стране вечного лета, что для малазийцев значит религия, в чем особенность их истории, культуры, менталитета и быта.

26.89(2Рос.Кры)

Л97

Лялюшина, Юлия Павловна. Невероятный Крым : самые красивые места, куда хочется вернуться : [12+] / [автор текста Ю. П. Лялюшина ; во внутреннем оформлении использованы фотографии: Alex Zabusik [и др.]]. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 143 с. : фот. цв. ; 29. - (Подарочные издания. Туризм) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный + Изображение (визуальное ; неподвижное ; двухмерное) : непосредственное.

Экземпляры: всего:1 - ЧЗ(1)**Аннотация:** Крым – необыкновенной красоты полуостров с удивительной природой, богатой историей, великими архитектурными сооружениями и особой атмосферой. Самые знаменитые и интересные города, знаковые достопримечательности, не туристические объекты и места, куда хочется возвращаться – все это вы сможете найти в книге "Невероятный Крым".

26.89(4Ита)

С38

Синица, Анна Вячеславовна. Италия изнутри : как на самом деле живут в стране дольче виты? : [16+] / Анна Синица ; фото автора. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 269, [1] с., [16] л. цв. фот., портр. : ил. ; 21. - (Глазами других. Как на самом деле живут в разных странах?) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)**Аннотация:** Мосты и каналы Венеции, Колизей, великие художники Ренессанса, гениальные режиссеры итальянского неореализма, пицца и паста, колыбель моды и искусства – все это про Италию. Каждый год туда стремятся попасть люди со всего света, чтобы своими глазами увидеть великие ше-

девро и лично прочувствовать атмосферу итальянской дольче виты! Но так ли сладко живут итальянцы на самом деле? Проводником по итальянской жизни станет гид по Риму и блогер Анна Сеница, которая уже 15 лет живет в Вечном городе. Она успела объездить всю страну и увидеть Италию во всех красках. Анна расскажет об особенностях национальной кухни, странных и не очень законах, о том, как итальянцы проводят свободное время, что для них значит религия и многое другое!

26.89(2-2СПб)

С42

Скибин, Виктор Сергеевич. Азбука юного петербуржца : [для младшего школьного возраста : 6+] / Виктор Скибин ; [иллюстрации Дмитрия Коротченко]. - Москва : Эксмо, 2022. - [71] с. : цв. ил. ; 29 5000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - ЗДЛ(1)**Аннотация:** Устраивайтесь поудобнее дома или отправляйтесь на прогулку: Азбука юного петербуржца познакомит вас с достопримечательностями Северной столицы! Со стихотворениями Виктора Скибина и иллюстрациями Дмитрия Коротченко запоминать алфавит будет увлекательно и познавательно. Виктор Скибин - победитель Всероссийского конкурса детской литературы "Вместе весело шагать" (2019) Московской городской организации Союза писателей России, член некоммерческой организации "Ассоциация деятелей культуры, искусства и просвещения по приобщению детей к чтению "Растим читателя".

26.89(8Авс)

С76

Станкеева, Виктория. Австралия изнутри : как на самом деле живут в стране вверх тормашками? : [16+] / Виктория Станкеева. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 250, [1] с., [8] л. цв. фот., портр. : ил. ; 21. - (Глазами других. Как на самом деле живут в разных странах?) 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)**Аннотация:** Австралия - это удивительная страна контрастов, где милые коалы и кенгуру соседствуют с самыми опасными в мире пауками, змеями и крокодилами. Где все вверх тормашками - зимой здесь может быть пятидесятиградусная жара, летом - мороз, а на юге всегда холоднее, чем на севере. Где главой государства до сих пор является английский монарх, несмотря на полученную в 1901 году независимость. Автор книги Виктория Станкеева родилась в Забайкалье, но уже более 10 лет живет в Австралии. Она работает журналистом и продюсером в крупнейшей государственной австралийской телерадиокомпании SBS, где ведет различные программы и делает новости на русском языке. Она лучше других знает, почему Австралия - страна вверх тормашками, какие австралийцы на самом деле, как они проводят свободное время и многое другое

26.89(2-2СПб)

Я49

Якубова, Наталья Ивановна. Невероятный Петербург : самые красивые места Северной столицы и окрестностей : [7+] / [автор текста Н. И. Якубова ; во внутреннем оформлении использованы фотографии: А. Medvedkov [и др.]]. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 143 с. : фот. цв. ; 29. - (Подарочные издания. Туризм Путешествия по России) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный + Изображение (визуальное ; неподвижное ; двухмерное) : непосредственное.

Экземпляры: всего:1 - ЧЗ(1)

Аннотация: Санкт-Петербург - необыкновенной красоты город с удивительной культурой, богатой историей, великими архитектурными сооружениями и особой атмосферой. Здесь находятся самые знаменитые дворцы и музеи России. Город очаровывает каждого, кто сюда приезжает, несмотря на непростой, а иногда и суровый климат. Великолепные набережные, изящные мосты, атмосферные парадные и крыши, известные музеи и роскошные дворцы - все это Санкт-Петербург, который воспевали и продолжают воспевать так много писателей и поэтов. Окрестности Северной Венеции не менее красивы - на страницах этой книги вас ждут жемчужины царской архитектуры - Гатчина, Павловск, Петергоф, Пушкин, Ломоносов и многие другие города, - которые вас покорают.

БИОЛОГИЯ

28.69

В38

Вестре, Катарина. Книга рекордов животных : увлекательный мир открытий и необычных фактов о животных в иллюстрациях : [12+] / Катарина Вестре, Линнеа Вестре ; перевод с датского М. О. Петровой ; [иллюстрации Линнеа Вестре]. - Москва : Эксмо, 2022. - [87] с. : цв. ил. ; 34. - (Подарочные издания. Досуг) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - ЗДЛ(1)**Аннотация:** Мир полон фантастических животных с самыми невероятными способностями! Самые быстрые, прыгучие, шумные, сонные, прожорливые, ядовитые и кровожадные - в этой книге собраны рекордсмены с разных концов света! Зачем потеют бегемоты? Почему ежи могут спокойно есть ядовитых змей? Кто из насекомых никогда не какает? Какие животные пугают больше всех и кто воняет хуже скунса? Интересные и забавные факты о братьях наших меньших удивят и детей, и взрослых!

ТЕХНИКА. ТЕХНИЧЕСКИЕ НАУКИ

ВЫЧИСЛИТЕЛЬНАЯ ТЕХНИКА

Вычислительная техника в целом

32.971.353

Г58

Гогохия, Инди. Добавь клиента в друзья : продвижение в Telegram, Whatsapp и других мессенджерах : 12+ / Инди Гогохия. - Москва : Эксмо, Бомбора™, 2018. - 318, [1] с. : ил. ; 24. - (Бизнес. Как это работает в России) 8000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Мы живем в мире, в котором особенно важно следить за тенденциями и реагировать на изменения. Способность быстро адаптироваться и применять на деле новые знания - вот необходимые условия для того, чтобы быть лидером рынка. Мессенджер сегодня - один из самых перспективных помощников в ведении бизнеса. Из этой книги вы узнаете, как развивались Telegram, Skype, Viber, WhatsApp, Facebook Messenger, в чем преимущества каждого из них, а также как успешно внедрить мессенджеры в свой бизнес.

32.971.321.4

Л47

Леонтьев, Виталий Петрович. Все о работе на ноутбуке в одной книге : [12+] / Виталий Леонтьев. - Москва : Эксмо, 2020. - 438, [1] с. : ил., табл. ; 21. - (Компьютерные книги Виталия Леонтьева) 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Перед вами новейший самоучитель по работе на ноутбуке от Виталия Леонтьева, автора более 100 компьютерных книг, проданных тиражом более 5 миллионов экземпляров. В этой книге вы найдете самую полную информацию о том, как выбрать ноутбук, как выполнять на нем основные действия, такие как работа с папками и файлами, удаление, настройка под себя – словом, все, что нужно, чтобы стать уверенным пользователем. А кроме того, автор понятно и нескучно расскажет о том, как выходить в интернет, слушать на ноутбуке музыку, смотреть видео, читать книги, совершать онлайн-покупки и даже общаться с друзьями!

32.971.321.4

Л47

Леонтьев, Виталий Петрович. Все о смартфонах и планшетах в одной книге : [12+] / Виталий Леонтьев. - Издание 2-е, обновленное. - Москва : Эксмо, 2020. - 445, [1] с. : ил., табл. ; 21. - (Компьютерные книги Виталия Леонтьева) 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Обновленное издание самого полного и интересного самоучителя по планшетам и смартфонам от Виталия Леонтьева, автора компьютерной литературы №1 в России. Доступное изложение, легкий стиль, множество иллюстраций и эксклюзивная авторская подборка лучших приложений для мобильных устройств. А также вас ждут советы по выбору, покупке и эффективному использованию гаджетов.

ПИЩЕВЫЕ ПРОИЗВОДСТВА

Технология общественного питания. Кулинария

36.996

С90

Сурова, Мария Валерьевна. В пост и не только : 100 питательных и разнообразных рецептов : [16+] / Мария Сурова. - Москва : Эксмо, ХлебСоль, 2023. - 167 с. : портр., ил. ; 22. - (Кулинарное открытие) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - Ф.3(1), АБ(1)

Аннотация: "А что можно есть в пост?" Таким вопросом задаются многие, кому интересна эта тема и кто хотел бы попробовать пройти пост самому, но, возможно, не хватает знаний, есть страх, что можно сделать что-то не то. Мария Сурова, ведущая рубрики "Кулинарный вызов" на Первом канале, убеждена, что в первую очередь необходимо никого не осуждать, меньше злиться и не расстраиваться. А что можно приготовить в это время, она расскажет вам в своей новой книге "В пост и не только", где она собрала более 100 простых, сытных и быстрых рецептов из овощей, фруктов рыбы и морепродуктов. Ее рецепты подойдут не только для поста, но и в обычные дни для тех, кто хочет поддерживать свой организм в здоровом состоянии.

ЛЕГКАЯ ПРОМЫШЛЕННОСТЬ

Швейное производство

Домоводство

37.279

A78

Апфель, Айрис Баррель. Икона по воле случая : [размышления о моде, стиле и жизни : 12+] / Айрис Апфель ; перевод с английского [Анастасии Соломиной]. - Москва : Альпина Паблишер, 2023. - 169, [5] с. : портр., цв. ил., фот. цв. ; 24 1500 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Айрис Апфель — муза мировых дизайнеров, обладательница невероятного гардероба и коллекции необычных украшений. Одна из самых экстравагантных личностей мира моды и "первая леди текстиля" живет так, как считает нужным, отмечая в сторону мысли о возрастных "приличиях" и заражая оптимизмом всех, с кем общается. О ней снимают кино и постоянно пишут в глянце, Mattel выпускает Barbie в ее образах. У Айрис миллионы поклонников по всему миру. В свои 97 она заключила контракт с агентством IMG, работающим с Беллой Хадид, Жизель Бюндхен и другими топ-моделями. Ее боготворят Дрис ван Нотен, Брюс Вебер, Канье Уэст и все селебрити. Самое удивительное, что Айрис никогда не искала популярности, а иконой стиля стала по воле случая. Книга Айрис Апфель такая же яркая и прекрасная, как ее автор. Здесь есть советы и жизненные правила, случаи из детства, истории из настоящего, описание нарядов, тканей и аксессуаров, исторические события, участницей которых была Айрис, размышления о жизни, любви и людях, очерки о стиле и рассуждения на самые разные темы. Страницы, каждая из которых достойна висеть в рамке на стене, украшают фотографии из личного архива Айрис, а также работы лучших фотографов и художников мира моды.

37.248

K12

Кабаченко, Сергей Борисович. Большая пластилиновая книга удивительных приключений : новые персонажи : [12+] / уникальный авторский метод Сергея Кабаченко. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 127 с. : цв. ил. ; 29. - (1000 пластилепок. Лепим и играем с Сергеем Кабаченко) 5000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - Ф.3(1), ЗДЛ(1)

Аннотация: Уникальный авторский метод Сергея Кабаченко, автора бестселлеров, уже полюбившихся маленьким читателям не только в России, но и во всем мире, - это удивительная возможность создавать самые разные фигурки, даже довольно сложные, очень быстро, легко и весело! Все персонажи этой книги рождаются из базовых форм, которые легко осваивает даже трехлетний малыш, а фигурки получаются просто великолепными – яркими, веселыми, эмоциональными! Они ведут беседы между собой, играют с малышом в прятки, разыгрывают сценки! Крупные и яркие пошаговые иллюстрации, сопровождающие каждый шаг работы, позволят ребенку заниматься с книгой самостоятельно, но и родители, желающие помочь малышу в творчестве, получат море удовольствия от работы с книгой. Более 100 персонажей, оживающих на страницах книги и под руками вашего малыша! Лепите, играйте, фантазируйте, изобретайте, смейтесь, творите! Продолжение следует!

СЕЛЬСКОЕ ХОЗЯЙСТВО

47.2я2

A67

Анисимов, Михаил Сергеевич. Рыбалка : полная энциклопедия рыбной ловли : [различные виды снастей, тактики и стратегии ловли, удачные места для рыбалки : 12+] / Михаил Анисимов. - Москва : Эксмо, 2023. - 159 с. : цв. ил., фот. ; 29. - (Подарочные издания. Мужские увлечения) 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Рыбалка - достаточно распространенное занятие для многих и отличный вид отдыха. Но результат, как правило, определяется массой объективных факторов, из которых не последнее место занимают умение и опыт рыбака. В этой книге вы найдете проверенные опытом практические советы, которые помогут добиться успеха как начинающему рыбаку, так и уже имеющему опыт. Характеристики различных типов водоемов позволят сориентироваться в поиске наиболее удачных мест для рыбалки. Вы познакомитесь с особенностями летней и зимней рыбалки, тактикой и стратегией ловли различными видами снастей: удочкой, спиннингом, донной снастью, нахлыстом. Научитесь правильно применять рыболовные принадлежности и приманки, а также найдете отличительные признаки пресноводных рыб, особенности их поведения и поклевки.

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ. МЕДИЦИНСКИЕ НАУКИ

Социальная медицина и организация здравоохранения в зарубежных странах

51.1п

K33

Кей, Адам. Будет больно : история врача, ушедшего из профессии на пике карьеры : [16+] / Адам Кей ; пере-

вод с английского И. Чорного. - Москва : Эксмо, Бомбора™, 2021. - 312, [2] с. ; 22. - (Медицина без границ. Книги о тех, кто спасает жизни). - (Главный британский бестселлер 2017) 7000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Что вы знаете о враче, который вас лечит? Скорее всего, совсем немного. Если хотите узнать больше, скорее открывайте книгу Адама Кея. Это откровенный, местами грустный, а местами - уморительно смешной рассказ молодого доктора от начала его профессионального пути в медицине до завершения карьеры. Вы будете чрезвычайно удивлены, как много общего у наших и британских врачей. Сложные и очень сложные клинические случаи, маленькие профессиональные хитрости, бесконечные переработки, победы и поражения в борьбе со смертью, а еще чиновники министерства здравоохранения, от действий которых одинаково страдают врачи и пациенты... Обо всем этом Адам Кей рассказывает так, что читатель с головой погружается в будни интерна, а потом ординатора и сам примеряет белый халат. Будет больно. А еще будет смешно до икоты, грустно до слез и захватывающе от первой до последней страницы.

Лечебно-профилактическая помощь

51.12

Ф24

Фарнворт, Дэн. Вызов принят : остросюжетная жизнь работника скорой помощи : [18+] / Дэн Фарнворт ; перевод с английского О. А. Ляшенко. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 284, [2] с. ; 21. - (Успеть спасти. Самые драматичные истории из практики врачей неотложки). - Пер.изд. : - **life on the frontline / Farnworth, Dan 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.**

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Дэн Фарнворт ярко воплощает в жизнь свой удивительный опыт медицинского сотрудника, работающего на передовой в британской службе скорой помощи. Когда раздавался звонок, он не имеет ни малейшего представления о том, с чем столкнется и как решит проблемы, которые возникнут, когда доберется до места. Эта книга наполнена историями, иногда печальными, временами веселыми, часто трогательными, но всегда вдохновляющими. Испытай свои нервы на прочность, став их свидетелем.

Санитарное просвещение

51.15

Ф68

Фишер, Татьяна Александровна. Зависимость : помощь в преодолении алкоголизма, тревожные признаки, этапы формирования, причины : [18+] / Татьяна Фишер. - Москва : Эксмо, 2023. - 236, [1] с. : табл. ; 22. - (БЕЗ-вредные привычки. Лучшие книги по избавлению от зависимостей) 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - Ф.3(1), АБ(1)

Аннотация: Автор книги — выздоравливающий алкоголик и клинический психолог, телесно-ориентированный терапевт, специалист по психотерапии алкоголизма, автор и ведущая психологических интенсивов, волонтер и соведущая психотерапевтических групп в реабилитационном центре «Дом надежды на горе». Одновременно рассказ о личном опыте зависимости и исследование психологической стороны алкоголизма с точки зрения специалиста. Причины, симптоматика, стадии, внутренние кризисы и другие аспекты аддикции. Об отношениях внутри семьи, где живет человек с зависимостью, и ловушке созависимости. Группы анонимных алкоголиков, помощь психологов и врачей, процесс реабилитации — все о том, как устроено лечение алкогольной зависимости.

Гигиена

51.28

А49

Алешкина, Мария Юрьевна. Засыпай, малыш! : 9 шагов к здоровому и спокойному сну ребенка : [16+] / Мария Алешкина. - Москва : Эксмо, Бомбора™, 2019. - 266 с. : ил., табл. ; 21. - (Мама online Книги для современных родителей). - Вариант заглавия : 9 шагов к здоровому и спокойному сну ребенка 4000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - ЗДЛ(1)

Аннотация: Сон малыша – основа его здоровья и гармоничного развития. В своей книге психолог, консультант по детскому сну и основатель "Школы Материнства" Мария Алешкина рассказывает, как за 9 простых шагов выстроить правильный режим сна ребенка от рождения до 5 лет. Рекомендации, основанные на практическом опыте и научных исследованиях, будут полезны как родителям младенцев, так и тем, кто уже столкнулся с проблемами сна у подросших малышей.

51.204.9

Б90

Бубновский, Сергей Михайлович. Долго жить не запретишь : гид по восстановлению и сохранению здоровья

сердца, мозга и суставов : 16+ / Сергей Бубновский ; фотографии: Irina Avelvi [и др.]. - Москва : Эксмо, 2023. - 287, [1] с. : ил., табл., фот. ; 21. - (Живем по Бубновскому) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный. Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Старость - это кумулятивное накопление болезней. Каждый день, проведенный без заботы о своем здоровье, создает новый фактор для будущего разрушения организма. Очень важно понимать, что не так страшны изменяющиеся со временем черты, как потеря способности заниматься любимым делом. Другими словами, не морщины делают человека несчастным, а невозможность жить как прежде: сажать цветы или столарничать из-за боли в пояснице, протирать пыль на полках из-за трудностей с подъемом рук вверх, шить и вязать из-за проблем со зрением. И так далее. Известный российский врач-кинезитерапевт С.М. Бубновский рассказывает, как сохранить здоровье до глубокой старости, не прибегая к медикаментам, что поможет вовремя распознать опасность и чем защитить себя от развития недомоганий. Упражнения, правила жизни, питание и некоторые необычные аспекты ЗОЖ ждут вас в этой книге.

51.204.1

К73

Котова, Юлия Вячеславовна. Без морщин : система естественного омоложения лица : [30 уникальных техник, бьюти-карточки и календарь тренировок : 16+] / Юлия Котова. - Москва : Эксмо, Бомбора™, 2021. - 172 с., [17] л. цв. карточ. : цв. ил., табл., фот. цв. ; 22 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Чистая и гладкая кожа, подтянутый подбородок, упругий овал лица и здоровая шея – и все это без пластической хирургии и химических пилингов! Никакого волшебства, только ресурсы вашего организма и точное следование пошаговым техникам от эксперта по фэйсбилдингу и гимнастике лица Юлии Котовой. Пора устроить вашей коже настоящую тренировку, чтобы обрести внешность, о которой вы давно мечтали. Благодаря точным рекомендациям вы сможете самостоятельно определить свои проблемные зоны, подобрать необходимый комплекс упражнений, начиная с простых, переходя к более сложным. Вы избавитесь от морщин и отеков, добьетесь четкого контура лица, устранили асимметрию и придадите губам объемный и насыщенный вид. Достичь гарантированного результата вам поможет календарь тренировок, а отрывные бьюти-карточки позволят заниматься фэйсбилдингом где и когда угодно: дома, в отпуске и даже на работе.

51.230

М19

Малоземов, Сергей Александрович. 50 полезных пищевых привычек : [научный способ перейти на правильное питание, простые и быстрые рецепты : 16+] / Сергей Малоземов, врач, телеведущий. - Москва : Эксмо, 2023. - 412, [1] с. ; 21. - (Живая еда. НТВ) 4000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Сергей Малоземов - известный телеведущий, дипломированный врач, создатель и автор научно-популярных телепрограмм "Чудо техники" и "Живая еда". Уже много лет он следит за новейшими исследованиями на тему еды, общается с ведущими специалистами в области питания в России и за ее пределами. В своей новой книге автор разбирает 50 идей для легкого перехода на правильное питание. Полезные привычки можно включать в любом порядке, начав с той, что покажется наиболее простой, постепенно увеличивая их количество. В дополнении к практическим рекомендациям вас ждут различные рецепты блюд, которые приблизят вас к цели - питаться правильно, стать здоровее и стройнее

51.204.1

Э40

Эко, Алена. Экокосметика : учимся выбирать безопасную и эффективную косметику и избавляемся от проблем с кожей : [16+] / Алена Эко. - Москва : Эксмо, 2020. - 254, [1] с. : ил. ; 21 4000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Каждый день в течение месяца мы используем на себя около 500 мл косметических средств. 500 мл в месяц, 6 литров в год. Насколько безопасна и эффективна ваша косметика? Вы знаете это? Хорошо, - скажете вы. - Но ведь вся это эко/органик косметика - только маркетинговый ход? Ведь по-настоящему натуральной косметики не существует! Нет, существует! И много. И она способна очаровать мягкостью и в то же время эффективностью.

51.204.0

Э40

Экономцева, Наталия. Съешь лимон. Счастливый ЗОЖ : [удовольствие от жизни вместо стереотипов, которые не работают : 16+] / Наталия Экономцева. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2021. - 270 с. : ил. ; 22. - (Вкусно и не грустно. Книжки, которые приведут в порядок тело и голову). - Вариант заглавия : Счастливый ЗОЖ 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Вы узнаете, что правильное питание может быть вкусным и разнообразным, почему соковые "де-

токсы" и голодные дни не работают, как найти идеальный режим питания, не переедать по праздникам и не мучиться чувством вины из-за кусочка любимого торта. Можно ли есть шоколад, находясь на ПП? Стоит ли бояться глютенa? Что делать, если вы ненавидите спорт, но двигаться больше все-таки хочется? В книге разбираются все главные вопросы, которыми задается любой новичок, решившийся на здоровый образ жизни. Вы удивитесь, что питаться правильно не так уж и сложно, что ежедневные прогулки приносят массу энергии, а умение получать удовольствие от жизни можно развить благодаря простым и приятным техникам. ЗОЖ из очередного повода для тревог превратится в способ их решения, сделав жизнь спокойнее и гармоничнее.

Эпидемиология

51.9
П73
Престон, Ричард. Эпидемия : настоящая и страшная история распространения вируса Эбола : [16+] / Ричард Престон ; перевод с английского Н. Д. Вершининой. - Москва : Эксмо, Бомбора™, 2020. - 301, [1] с. ; 22. - (Как это было? Медицинские открытия, исторические факты, роковые совпадения и неожиданные закономерности)) 4000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Когда случается страшная эпидемия, все мы становимся равны перед вирусом. И даже в наше время, в век высоких технологий и открытий в медицине, появление нового вируса вызывает страх и панику... по крайней мере, в самом начале. Мы не можем контролировать все вокруг, но мы должны знать, как вирусы проявляют себя, как они размножаются, где их слабые места, и как нам уберечь себя. В этой книге описывается история возникновения и распространения первого вируса Эбола, смертность от которого достигала 90 %. Она основана на реальных событиях и рассказывает, как человечество боролось с ранее неизвестной опасностью, какие шаги предпринимало, как сумело объединиться перед лицом неизвестности. Эта драматическая история – пример того, насколько уязвимыми мы остаемся до сих пор, хотя после тех событий прошло уже несколько десятилетий.

Фармакология, фармация и токсикология в целом

52.8
М69
Михайлова, Дарья Сергеевна. Лекарства от ... Фармацевт о препаратах первой необходимости и о том, чему не место в вашей аптечке : [+ список аналогов дорогих лекарств, какие препараты обязательно всегда иметь под рукой? Что должно быть в аптечке помимо лекарств? Как сэкономить на походе в аптеку? : 12+] / Дарья Михайлова, @ABOUT_АПТЕКА, доказательный фармацевт, провизор. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 221, [1] с. : ил., табл. ; 21. - (Про лекарства. Доказательный фармацевт о лекарствах и фуфломицинах). - Вариант заглавия : Фармацевт о препаратах первой необходимости и о том, чему не место в вашей аптечке 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Тысячи ученых путем проб и ошибок потрудились над тем, чтобы лекарство работало, чтобы вам удобно было его проглотить, чтобы оно подействовало как можно скорее и без побочных эффектов. Эта книга, от доказательного фармацевта, познакомит вас с фантастическим миром таблеток и пиллюль, а еще ответит на множество вопросов, которые задает почти каждый человек, желающий купить лекарство, которое ему поможет. Действительно ли время приема так важно? И дело не только в том, до еды или после еды. Откуда болеутоляющее средство знает, что оно должно оказывать облегчающее действие на голову? Неужели никогда нельзя принимать антибиотики, запивая их молоком? Как справиться с побочными эффектами или как избежать опасного взаимодействия с едой и напитками? Как бонус, в середине книги автор приводит подробный список препаратов, на которых можно безопасно сэкономить (джереники). Внимание! Информация, содержащаяся в книге, не может служить заменой консультации врача. Перед совершением любых рекомендуемых действий необходимо проконсультироваться со специалистом.

52.8
Х39
Херман, Элеанор. Элегантная наука о ядах от средневековья до наших дней : как лекарственные препараты, косметика и еда служили методом изощренной расправы : [16+] / Элеанор Херман ; перевод с английского Д. Воронковой. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 381, [1] с. ; 22. - (Как это было? Медицинские открытия, исторические факты, роковые совпадения и неожиданные закономерности) 1500 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Правители на протяжении долгих веков приходили в агонию при одной мысли о яде, их одежду и блюда проверяли сотни слуг, а все ритуалы, даже самые интимные, были нарушены присутствием многочисленных приближенных, охраняющих правящую семью от беспощадного и совсем незаметного оружия расправы. По иронии судьбы короли и королевы, так тщательно оборонявшиеся от ядов, ежедневно и бессознательно травил себя собственноручно — косметика на основе свинца и ртути, крем для кожи с мышьяком, напитки

на основе свинцовых опилок и ртутные клизмы были совершенно привычными спутниками королевских особ. В своей книге Элеанор Херман сочетает многолетние уникальные изыскания в медицинских архивах и передовые достижения судебно-медицинской экспертизы для того, чтобы рассказать правдивую историю блистательных и роскошных дворцов Европы: антисанитария, убивающая косметика, ядовитые лекарства и вездесущие экскременты.

Общая диагностика

53.4

C42

Скиттл, Макс. Детектив в белом халате : у каждой болезни есть причина, но не каждому под силу ее найти : [12+] / Макс Скиттл (ненастоящее имя терапевта) ; перевод с английского О. А. Ляшенко. - Москва : Эксмо, Бомбора™, 2021. - 381, [1] с. ; 22. - (Медицина без границ. Книги о тех, кто спасает жизни) 7000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: "Ответственность за здоровье другого человека — это одновременно привилегия и проклятье", — замечает автор, принимающий и консультирующий по 50 человек ежедневно. Терапевт, как детектив, выясняет, что произошло (в чем проблема), затем отправляется на поиски доказательств и улики (собирает анамнез и проводит обследование), концентрируется на числе потенциальных преступников (определяет возможную причину симптомов), создает список подозреваемых (проводит дифференциальный диагноз). Эта книга приоткрывает дверь в кабинет доктора, во время приема пациентов, а также когда он остается наедине со своими мыслями. Вы удивитесь, но будни терапевта не назовешь рутинной, ведь это целый калейдоскоп человеческих историй — забавных, страшных, нелепых, печальных, трогательных, странных.

53.4

T32

Темплтон, Том. 34 пациента : от младенчества до глубокой старости: какие опасности поджидают на каждом из этих этапов : [12+] / Том Темплтон ; перевод с английского О. А. Ляшенко. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 364, [2] с. ; 22. - (Медицина без границ. Книги о тех, кто спасает жизни) 5000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Если бы 34 пациента, ставшие главными героями книги Тома Темплтона, ехали с вами в одном автобусе или стояли рядом в очереди на кассу в супермаркете, скорее всего, вы даже не обратили бы на них внимание. Для вас они остались бы обычными людьми, незнакомцами, маленькой частью такого большого мира. Но для доктора Темплтона их истории стали особенными и вдохновили его на написание этой книги. В ней вы найдете 34 рассказа - по одному на каждого из них, которые он расположил в хронологическом порядке от младшего пациента к самому старшему. Том Темплтон познакомит вас с маленьким Джонни, из-за генетических особенностей не способного насытиться едой, девушкой по имени Рейчел, отрицающей собственную беременность все девять месяцев, Луисом, пострадавшим из-за несчастной любви, миссис Эббот, дожившей до 103 лет, и другими пациентами. Вы еще раз убедитесь, что в практике врача не все истории - это истории про счастливое исцеление, а у доктора, несмотря на его опыт, может не быть ответа, почему произошло нечто по-настоящему страшное и несправедливое. В своей книге доктор Темплтон сам пытается разобраться, как, столкнувшись с хрупкостью и непредсказуемостью жизни, не разучиться радоваться ей, а, напротив, научиться ценить еще больше.

Общая терапия

53.5

M22

Мамонтов, Виктор Дмитриевич. Темперамент и болезни. Взаимосвязь : к каким заболеваниям вы предрасположены и как их победить : [упражнения для укрепления организма : 16+] / Виктор Мамонтов, врач-ортопед, д. м. н. - Москва : Эксмо, 2023. - 268, [1] с. : ил. ; 22. - (Доктор Виктор Мамонтов. Психосоматика костей и суставов). - Вариант заглавия : Взаимосвязь 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)**Аннотация:** Глядя на худого и вечно мерзнущего человека, легко предположить, что у него хрупкие суставы. Или что полный невысокий человек страдает от гипертонии и одышки. Виктор Мамонтов, доктор медицинских наук, ортопед-травматолог с более чем 40-летним опытом, решил углубиться в происхождение этих стереотипов. В своей книге он прослеживает взаимосвязь конституции и темперамента человека с его предрасположенностью к различным заболеваниям. Автор объясняет, как самостоятельно определить тип своей конституции, к каким болезням больше всего предрасположены астеники, нормостеники и гиперстеники, как влияет характер и темперамент человека на развитие определенных заболеваний. А еще он дает рекомендации по профилактике и лечению заболеваний у людей разных конституциональных типов и приводит упражнения, которые помогут вам облегчить симптомы и почувствовать себя лучше. Внимание! Информация, содержащаяся в книге, не может служить заменой консультации врача. Перед совершением любых рекомендуемых действий необходимо проконсультироваться со специалистом.

53.5

Ш87

Штайдль, Михаэль. На помощь! : как команда неотложки справляется с экстренными случаями : [16+] / Михаэль Штайдль, отвечает за весь сестринский персонал клиники, Фабиан Мархер, писатель, публицист ; перевод с немецкого Л. М. Каджелашвили. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 316, [1] с. ; 21. - (Успеть спасти. Самые драматичные истории из практики врачей неотложки) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: От ушибов пальцев и пьяных дебошей до многочисленных травм при автокатастрофе – в отделении неотложной помощи нужно быть готовым к любым неожиданностям. Каждый пациент здесь оказывается источником небольшого хаоса: нужно определить срочность и сложность его случая, изучить историю болезни и выявить причины, провести обследование или операцию, а главное, верить, что он покинет больницу в прекрасном состоянии. А после него всегда есть следующий пациент, следующая операция, следующее ЧП, последствия которого требуют участия нескольких специалистов. Своевременно оказать пациенту неотложную помощь и выбрать верный курс лечения возможно только благодаря слаженной работе команды, твердости духа и безграничному желанию помочь каждому. Об этом, а также о самых запоминающихся пациентах и о начале мировой эпидемии и рассказывают авторы.

Народная медицина и отдельные системы лечения

53.59

Д18

Даников, Николай Илларионович. Целебные рецепты для лечения и профилактики : [кашель, насморк, гастрит, изжога, кариес, ослабленный иммунитет, варикоз, гипертония, отечность, боль в мышцах и суставах, бессонница, мочекаменная болезнь : 16+] / Н. И. Даников, врач-фитотерапевт. - Москва : Эксмо, 2023. - 249, [1] с. ; 21. - (Я привлекаю здоровье) 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Природа наградила нас щедрыми дарами: многие растения богаты полезными витаминами и минералами, а блюда из них просты в приготовлении и оказывают лечебное воздействие на организм. Издавна человек применяет их для оздоровления, улучшения самочувствия и получения энергии. В этой книге собраны рецепты с использованием ингредиентов, которые доступны каждому: лимон, лук, соль, рябина, тыква и др. Врач-фитотерапевт Николай Илларионович Даников рассказывает, как применять их для лечения и профилактики разных болезней-простуды и гриппа, аллергии, варикозного расширения вен, бессонницы, изжоги и при многих других заболеваниях и неприятных симптомах. Внимание! Информация, содержащаяся в книге, не может служить заменой консультации врача. Перед совершением любых рекомендуемых действий необходимо проконсультироваться со специалистом.

Болезни опорно-двигательной системы

54.18

П27

Передерин, Валерий Митрофанович. Здоровая спина и суставы : как избавиться от острых и хронических болей без применения медикаментов : [современное лечение, правильная диагностика, механизмы повреждений : 12+] / Валерий Передерин, врач общей практики с 45-летним стажем. - Москва : Эксмо, 2023. - 271 с. : ил. ; 21. - (Практические советы доктора Передерина) 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Новая книга доктора Передерина вобрала в себя всестороннее описание причин появления проблем с опорно-двигательным аппаратом человека. Также предложены методики восстановления без применения медикаментов и дорогих физиопроцедур. Вы узнаете, как облегчить состояние при болях: в шейном отделе, грудном отделе, крестцово-поясничном отделе позвоночника. А также поймете, как быстро восстановить функциональность травмированной области.

Инфекционные и паразитарные болезни в целом

55.142

С42

Скальный, Анатолий Викторович. Ковид и постковид : как справиться с последствиями коронавируса : микроэлементы и витамины для защиты и восстановления здоровья : 16+ / Анатолий Скальный, доктор медицинских наук dr.skalny. - Москва : Эксмо, 2022. - 239, [1] с. ; 22. - (Шаг к здоровью. Авторские методики лечения для тех, кто верит в победу над болезнью) 4000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - Ф.1(1), АБ(1)

Аннотация: Примерно у 30% переболевших коронавирусной инфекцией появляется постковидный синдром. Он может выражаться в проблемах с пищеварением, дыханием, в быстрой утомляемости, депрессии и даже провалах в памяти. А долгосрочные последствия этого заболевания еще не изучены. Автор этой книги, доктор медицинский наук и врач с 35-летним стажем, дает простые и подробные советы по коррекции и профилактике постковидного синдрома с помощью микронутриентов и витаминов. Вы узнаете, какие системы и органы

больше всего страдают от коронавируса, на какие симптомы обратить внимание и как поддержать здоровье и уберечь себя от нового заболевания вирусной инфекцией. Внимание! Информация, содержащаяся в книге, не может служить заменой консультации врача. Перед совершением любых рекомендуемых действий необходимо проконсультироваться со специалистом.

Онкология

55.6
A43
Актипис, Афина. Клетка-предатель : откуда взялся рак и почему его так трудно вылечить : [12+] / Афина Актипис, эволюционный биолог ; перевод с английского Ивана Чорного. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 284, [1] с. : ил. ; 22. - (Рак победим). - Вариант заглавия : Откуда взялся рак и почему его так трудно вылечить. - **Пер.изд.** : The cheating cell: how evolution helps us understand and treat cancer / Aktipis, Athena 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Избавиться любой ценой или превратить в союзника? Афина Актипис, эволюционный биолог и биолог-онколог, предлагает новый взгляд на рак и его лечение. В своей книге она рассказывает, когда и вследствие чего появились онкологические заболевания, почему рак всегда сопровождал многоклеточные формы жизни и развивался параллельно с ними, как он ведет себя в организме и можно ли его контролировать. Если все еще не получилось одержать победу над раком — может, пришло время переосмыслить отношение к нему, понять его логику и использовать эти знания для лечения? Эволюционный подход, рассматриваемый Афиной Актипис, учитывает непредсказуемую природу рака, и направлен на поиск методов для долгосрочного сдерживания болезни, что может стать прорывом.

Невропатология

56.12
P37
Ремени, Джоуи. Головокружение и шум в ушах : упражнения и техники для облегчения мучительных симптомов : [12+] / Джоуи Ремени ; перевод с английского Е. В. Зудовой. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 317, [1] с. : ил., портр. ; 24. - (Тело помнит все. Книги о лечении психосоматических болезней и психотравм) 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Автор книги вестибулярный аудиолог Джоуи Ремени, объединила знания из области нейробиологии, психологии, медицины и даже йоги, чтобы объяснить, как благодаря глубокому пониманию собственного тела, и при помощи специальных техник и упражнений, можно облегчить мучительные симптомы головокружения и шума в ушах. Вы узнаете о причинах возникновения вертиго и тиннитуса, особенностях диагностики этих состояний и симптоматике. Попробуете лучше понять собственные ощущения, и по-новому взглянуть на возможности мозга и тела.

Гинекология

57.1
G99
Гюнтер, Дженнифер. Менопауза : как оставаться здоровой и сексуальной : [18+] / Дженнифер Гюнтер, врач акушер-гинеколог ; под научной редакцией Ноны Овсемян, акушера-гинеколога, к.м.н. ; перевод с английского О. А. Ляшенко. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 462, [1] с. : ил., табл. ; 22. - (Клуб женского здоровья. Современный подход к восстановлению организма). - **Пер.изд.** : The menopause manifesto / Gunter, Jen Dr. 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - Ф.1(1), АБ(1)

Аннотация: Женское тело было и остается предметом мифов и ложных убеждений, даже если речь идет о таких естественных вещах, как менопауза. Об этом периоде часто слышат страшные истории, но на самом деле он может проходить у всех по-разному. Одни испытывают слабые симптомы при наступлении менопаузы, другие - умеренные, а третьи - очень тяжелые. Поэтому важно вооружиться знаниями, позволяющими сделать этот период комфортным для каждой женщины. Дженнифер Гюнтер, самый популярный акушер-гинеколог в США, расскажет все о менопаузе, руководствуясь только научными фактами и своим опытом работы с пациентками. Благодаря этой книге вы начнете воспринимать менопаузу как новый жизненный этап, а также получите представление о профилактических мерах, позволяющих подготовить организм к ее наступлению и пережить максимально легко.

СОЦИАЛЬНЫЕ (ОБЩЕСТВЕННЫЕ) И ГУМАНИТАРНЫЕ НАУКИ

ИСТОРИЯ

Всемирная история

63.3(0)62

А81

Аристов, Станислав Васильевич. "Империя смерти". Концлагеря Третьего Рейха : самая полная иллюстрированная энциклопедия нацистских концлагерей : [16+] / Станислав Аристов. - Москва : Яуза ; Москва : Эксмо, 2022. - 219, [2] с. : ил., фот. ; 27. - Вариант заглавия : Концлагеря Третьего Рейха 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - Ф.1(1), АБ(1)

Аннотация: Самая полная иллюстрированная история нацистских концлагерей. В 42 тысячах мест заключения Третьего Рейха нацисты уничтожили не менее 15 миллионов человек. Известный историк, доктор исторических наук Станислав Аристов в деталях рассматривает функционирование концлагерей - центрального элемента нацистской политики уничтожения. Наряду с повседневным миром узников во всех подробностях показан мир лагерной администрации и охраны, а также те организации и нацистские преступники, которые руководили империей смерти. Как работала чудовищная машина уничтожения? Как были организованы Аушвиц (Освенцим), Майданек, Бухенвальд, Маутхаузен и другие концлагеря? Какими были методы эксплуатации, террора и уничтожения заключенных? Как выглядела повседневная жизнь лагерной администрации и охраны? Как нацисты управляли концлагерями? Как действовали женские концлагеря и кем были надзирательницы? Каким образом лагерь мог приносить прибыль? Какими были стратегии выживания заключенных и возможности сопротивления лагерной администрации? Как проходили печально известные "марши смерти"? Книга потрясает не только изложенными фактами, но и представленными в издании тремя сотнями уникальных фотографий преступлений нацистов.

63.3(0)-8

Д40

Джевелл, Ханна. 100 величайших хулиганок в истории : [женщины, которых должен знать каждый : 18+] / Ханна Джевелл ; [перевод с английского А. Поповой]. - Москва : Эксмо, Бомбора™, 2021. - 373, [1] с. ; 22. - (GirlUp Все на борту!). - (GirlUp Книги о женщинах, меняющих мир). - **Пер.изд. : nasty women of history / Jewell, Hannah 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.**

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Часто, когда мы изучаем историю и вообще хоть что-то узнаем о женщинах, которые в ней участвовали, их описывают как милых, приличных и скучных паинек. Такое ощущение, что они всю жизнь только и делают, что направляют свой грустный, но прекрасный взор на свое блестящее будущее. Но в этой книге паинек вы не найдете. 100 настоящих хулиганок, которые плевали на правила и мнение других людей и меняли мир. Некоторых из них вы уже наверняка знаете (но много чего о них не слышали), а другие пока не пробились в учебники по истории.

63.3(0)-8

Д46

Диленшнайдер, Роберт Л. Они нашли себя в 25 : вдохновляющие истории гениев, перевернувших мир : [12+] / Роберт Л. Диленшнайдер ; перевод с английского А. В. Симагиной. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 295, [1] с. ; 22. - (Бестселлеры саморазвития). - **Пер.изд. : Nailing it: how historys awesome twentysomethings got it together / Dilenschneider, Robert L. 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.**

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Большинству юношей и девушек будущее кажется неизвестным и крайне пугающим. Но оно не обязательно должно быть таким. В этой книге собраны 25 историй личностей, изменивших мир. Они, так же как остальные подростки, чувствовали себя растерянно и не знали, куда податься. Но в итоге нашли свою судьбу и внесли огромный вклад в развитие общества. Благодаря этой книге вы по-новому взглянете на происхождение достижений этих людей, а события и факты из их биографий будут для вас познавательными. И независимо от того, на какой жизненной ступени вы находитесь сейчас, истории этих невероятных людей осветят вам дорогу и вселят уверенность в будущее.

63.3(0)-8

С18

Сантини, Габриэлла. 20 великих личностей, сделавших мир лучше : [для среднего школьного возраста : 6+] / [Габриэлла Сантини ; иллюстраторы : Марьянна Бальдуччи [и др.] ; перевод с английского А. А. Никулиной]. - Москва : Эксмо, #эксмодетство, 2022. - 86 с. : цв. ил. ; 27. - (Истории о великих людях, изменивших мир) 3000

экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - Ф.5(1), ЗДЛ(1)

Аннотация: Мечтаешь изобрести что-то принципиально новое и усовершенствовать жизнь миллионов людей? Открой для себя секрет успеха! Эта энциклопедия расскажет о двадцати знаменитых учёных, исследователях и новаторах, сделавших мир таким, каким мы знаем его сегодня. Она поведает тебе удивительные истории становления известных личностей, полные взлетов и падений, а также бесконечного стремления к достижению поставленных целей.

63.3(0)-8

Ч-75

Чони, Кьяра. 20 великих людей, изменивших мир : [для младшего и среднего школьного возраста : 6+] / [Кьяра Чони, Якопо Оливьери, Розальба Трояно ; перевод с английского Л. Д. Трутневой ; иллюстрации Марилизы Котронео [и др.]]. - Москва : Эксмо, #эксмодетство, 2022. - 87 с. : цв. ил., портр. ; 26. - (Истории о великих людях, изменивших мир). - (#эксмодетство) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - ЦДБ(1), ЗДЛ(1) **Аннотация:** Эта книга расскажет о 20-ти самых знаменитых в истории людях, чья деятельность способствовала всеобщему развитию и просвещению. Какой древний ученый сделал важнейшее открытие во время посещения купальни? Кто излечил человечество от постоянных эпидемий, заложив основы вакцинации? Семь построек какого архитектора включены в список Всемирного наследия ЮНЕСКО? Энциклопедия ответит на эти и многие другие вопросы об известных изобретателях, государственных реформаторах, естествоиспытателях, деятелях искусств.

63.3(0)62

Э17

Эгер, Эдит Ева. Выбор : о свободе и внутренней силе человека : [16+] / Эдит Ева Эгер при участии Эсме Швалль-Вейганд ; перевод с английского Татьяны Лукоминой и Дарьи Смирновой. - 5-е издание, переработанное и исправленное. - Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2023. - 341, [2] с. ; 21. - (Больше чем жизнь). - (New York Times bestseller). - **Пер.изд.** : The Choice / Eger Edith Eva, Esmé Schwall Weigand 25000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1) **Аннотация:** Эдит Ева Эгер в юном возрасте была отправлена вместе со своей семьей в Аушвиц. Там ее родители погибли в газовой камере, а Эдит и ее сестра испытали на себе все ужасы отвратительных лагерей смерти. Через 35 лет после окончания войны, став известным психологом, Эдит вернулась в Аушвиц, чтобы избавиться от воспоминаний о прошлом и вины выжившего. Эта книга не просто мемуары пережившего холокост человека, это незабываемые хроники героизма и стойкости, милосердия и исцеления. Она показывает, что мы всегда можем выбирать, чему нас учит жизнь и как относиться к происходящему.

История России в целом

63.3(253)

Б94

Бушков, Александр Александрович. Сибирь и сибиряки : тайны русских конкистадоров : [16+] / Александр Бушков. - Москва : Эксмо, 2023. - 348, [2] с. ; 21. - (Бушков. Шокирующая история Российской империи) 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: В этой увлекательной книге - многочисленные тайны и загадки, которые хранит сибирская земля и населяющие ее народы. Великий казачий атаман Ермак - новая версия его гибели, которая уже многие века окружена тайной. Где проходили границы Сибири после ее покорения русскими первопроходцами. Было ли продвижение русских в Сибирь исключительно мирным "освоением". Почему походы испанских конкистадоров и русских землепроходцев - почти зеркальное отражение. "Золотая лихорадка" - почему сибиряки никогда не "болели" ею и, найдя в тайге золото, тщательно маскировали это место. Действительно ли в глухих чащобах до сих пор существуют староверческие деревни, откуда угодившему туда пришельцу уже ни за что не вырваться. И многие другие тайны, которые волнуют душу и будоражат воображение.

63.3(2)

И97

Ишимова, Александра Осиповна. История России в рассказах для детей : [для младшего и среднего школьного возраста : 6+] / Александра Ишимова ; иллюстрации А. Аземши. - Москва : АСТ, Малыш, 2023. - 318, [1] с., [4] л. цв. ил. : ил. ; 22. - (Любимые писатели - детям) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1) **Аннотация:** Редко встретишь книгу по истории России, в которой достоверность встречается с легкостью и ясностью повествования. Книга Александры Осиповны Ишимовой (1804-1881) "История России в рассказах для детей" обладает именно такими качествами. А.С. Пушкин хвалил стиль письма А.О. Ишимовой, и действительно, книга написана увлекательно и доступно для ребенка. Великие князья, цари и императоры, борьба за власть, войны и бунты - об этом и многом другом пишет А.О. Ишимова в одной из лучших книг для детей по истории России. Рисунки А. Аземши.

63.3(2-2СПб)

К88

Кубрякова, Екатерина Вячеславовна. Голоса из окон : ожившие истории петербургских домов : [16+] / Екатерина Кубрякова ; [фото Лилии Павловой]. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 364, [1] с. : ил., фот., портр. ; 25. - (Петербург. Архитектура и история) 5000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - Ф.1(1), АБ(1)

Аннотация: Что только не коллекционируют люди! Наверняка вы и сами испытывали этот азарт собирателя, пополняющего свою сокровищницу ценной книгой, фарфоровой чашкой, дизайнерским нарядом или бутылкой редкого вина. Есть коллекция и у меня, и часть ее сейчас в ваших руках. Она не совсем обычна, поскольку нематериальна, неуловима. Я собираю голоса из окон старинных домов Петербурга: мемуары знаменитых и не очень горожан, очерки из газет, обрывки воспоминаний и сцены из художественных произведений, связанные с конкретными зданиями, стены которых и сейчас хранят истории прошлого. Это не энциклопедия и не краеведческое исследование. Скорее - калейдоскоп историй, своеобразная интерпретация *genius loci*, духа места, обитающего в старинных домах великого города. Попытка оживить здания, безмолвных свидетелей былого, голосами их знаменитых обитателей. Петербург уникален, загадочен и многослоен. Где-то в его зазеркалье призраки прошлого все еще бродят мимо особняков, дворцов, доходных домов, из окон которых доносятся то стихи поэтов "серебряного века", то метроном блокадного радио, то ритмы вальса, то шум коммунального быта. Старинные дома - свидетели судеб. Они хранят множество историй. И если вы готовы услышать, им, бесспорно, есть, что вам рассказать.

63.3(2)-28

М30

Марш, Ника. Крепкие узы : как жили, любили и работали крепостные крестьяне в России : [18+] / Ника Марш. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 410, [1] с., [12] л. цв. ил., портр. ; 21 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)**Аннотация:** Как крестьяне любили и ненавидели? Как относились к своим хозяевам и их детям? За сколько можно было купить себе парочку крепостных? Известный блогер и историк Ника Марш дает ответы на все эти вопросы. Яркая, исполненная историями из реальной жизни, книга во всех деталях рассказывает о том, кем были крепостные на Руси, кому служили, а кого ненавидели. Легкий слог и внимание к деталям позволили автору создать поистине многогранный портрет крепостничества. Предками абсолютного большинства жителей России являются крепостные крестьяне. Так ли уж сильно отличалась их жизнь от нашей? По мере прочтения этой книги, вызывая подробности странной и непонятной жизни крепостных, постепенно начинаешь понимать, что различия эти не так уж сильны.

63.3(2)я2

Ф42

Феоктистова, Наталья. История России : визуальная энциклопедия в иллюстрациях, картах и инфографике : [12+] / Наталья Феоктистова ; фотографии и иллюстрации: Elena Abduramanova [и др.]. - Москва : Эксмо, 2023. - 221 с. : карты, цв. ил., портр., фот. ; 24. - (Подарочные издания. Досуг) 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: История России обширна и многогранна. Эта энциклопедия поможет вам узнать о самых ключевых событиях страны за десять веков ее существования. Множество интересных фактов, подробная информация о становлении государства, карты изменяющихся границ государства, инфографика и яркие иллюстрации позволят лучше запомнить знаменательные даты, последовательность исторических, политических и социальных преобразований России и периодов правления династий.

Россия в XVIII в. - 1917 г.

63.3(2)6-8Ленин3

Д25

Девятков, Сергей Викторович. Владимир Ленин. Человек-эпоха : [16+] / С. В. Девятков, Ю. В. Сигачев ; [фотографии Юрия Абрамочкина [и др.]]. - Москва : Эксмо, 2020. - 315, [4] с. : портр., факс., фот. ; 29. - Вариант заглавия : Человек-эпоха 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: О нем знает весь мир. С его именем 70 лет жил Советский Союз. О нем спорят уже более столетия. Этот альбом позволяет сложить собственное мнение о человеке, которого называли основателем Советского государства и вождем мирового пролетариата. Вы держите в руках документы, изменившие мир, изображения, которые до сих пор несут энергию революционной эпохи. Вы заново познакомитесь с политическим гением, сумевшим развернуть ход истории. Вы найдете объяснения ключевым решениям, предопределившим личную судьбу Владимира Ульянова-Ленина, нашей страны и всего мира. Жизненный путь и политическая биография Ленина - в самом полном иллюстрированном издании, выходящем к его 150-летию. Более 500 иллюстраций из архивов и музеев, в том числе не публиковавшиеся ранее. Авторы альбома - известные историки, много лет посвятившие изучению советской эпохи и ее вождей.

История России и СССР (октябрь 1917 - 1991 г.)

63.3(2)634

Г78

Грачев, Андрей Серафимович. Последний день СССР. Свидетельство очевидца : воспоминания помощника президента Советского Союза : [16+] / Андрей Грачев. - Москва : Эксмо, 2022. - 285 с., [4] л. цв. фот. : портр. ; 21. - (Свидетель эпохи). - Вариант заглавия : Свидетельство очевидца 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - Ф.1(1), АБ(1)

Аннотация: Тридцать лет назад распался Советский Союз. Потерпел крах невиданный исторический эксперимент, начатый Революцией 1917 года. Андрей Грачев был последним пресс-секретарем Михаила Горбачева. Именно он 25 декабря 1991 года объявил международной прессе и ошеломленному миру о кончине СССР. Почему горбачевская перестройка — попытка спасти государство путем его модернизации — закончилась драматическим крушением Советской Империи? Почему Михаил Горбачев не использовал военные и силовые рычаги для сохранения своей власти? Чьи действия или бездействие привели к распаду СССР: консерваторов, демократов, националистов или зарубежных «доброжелателей»? На эти и другие актуальные вопросы отвечает и делится секретами большой политики один из тех, кто руководил Советским Союзом до последних минут существования этого государства. Прошло три десятилетия — своей книгой-некрологом Андрей Серафимович Грачев окончательно провожает СССР в историю и предлагает взглянуть в будущее. Без страха, но и без иллюзий.

63.3(2)64

М69

Михалков, Никита Сергеевич. Бесогон-2. Россия вчера и сегодня : [16+] / Никита Михалков. - Москва : Эксмо, 2023. - 349, [1] с. ; 21. - (Михалков Никита. Книги знаменитого актера и режиссера). - Вариант заглавия : Россия вчера и сегодня 4000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - Ф.1(1), АБ(1)

Аннотация: Новая книга знаменитого актера и режиссера, созданная по материалам популярной авторской телевизионной программы "Бесогон". "Дорогие друзья! Наш "Бесогон" приветствует вас в книжном формате. Здесь, под одной обложкой, собраны выпуски за несколько лет. Мы говорили в них о разном: о безобразиях, даже трагедиях, которые все еще случаются в нашей жизни, - но и о примерах высокого, истинного, не голливудского героизма жителей России. Слава богу, великая страна по-прежнему богата хорошими людьми, которые в непростых ситуациях проявляют чудеса стойкости и героизма. Я хочу, чтобы они стали известны народу. Кроме того, в книжном "Бесогоне" вы найдете завязку некоторых сюжетов, которые продолжают развиваться на наших глазах. Ну и конечно, всех по-прежнему жду у экранов телевизоров и компьютеров. Программа "Бесогон" продолжает жить и бороться, уже больше 10 лет, и в эфире, и на книжных страницах! Сдаваться не собираемся".

63.3(2)614-361

Р73

Роппонен, Вилли. Дорога на костях. Путешествие по следам ГУЛАГА : [16+] / Вилле Роппонен, Вилле-Юхани Сутинен ; перевод с финского Е. В. Богданова. - Москва : Эксмо, 2021. - 477, [1] с., [8] л. цв. фот., портр. ; 22. - (Хардкорная история. Исторические события в современном прочтении). - Вариант заглавия : Путешествие по следам ГУЛАГА. - **Пер.изд.** : Lunden tie. Gulagin jäljillä / Ropponen, Ville, Sutinen 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Как хорошо вы знакомы с самыми мрачными страницами нашей истории? Финские исследователи советской истории Вилле Роппонен и Вилле-Юхани Сутинен знают о них даже лучше нас самих, отправившись в масштабное путешествие по следам ГУЛАГа. Проехав через всю территорию бывшего Советского Союза в хронологическом порядке зарождения лагерей — от Соловков до Воркуты, от Томска до Колымы, — они рассказывают историю становления тоталитарной машины и показывают, как воспринимается память о репрессиях сегодня. Исследование заброшенных остатков лагерей, визиты в провинциальные музеи, посещение мемориалов и кладбищ, беседы с местными жителями, историками и хранителями памяти о ГУЛАГе, исторические факты и мемуарные свидетельства репрессированных сплетаются в уникальное и всеобъемлющее путешествие по истории советского террора. Их книга — наполовину путевые заметки, наполовину историческое исследование, — это деликатный и равнодушный взгляд на тяжелое советское наследие, которое еще не до конца преодолено в современной России.

История Европы в целом

63.3(4)Исл

Б96

Бьярнасон, Эгиль. Как Исландия изменила мир : большая история маленького острова : [16+] / Эгиль Бьярнасон ; перевод с английского Е. С. Тортунной. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 341, [1] с. : ил. ; 21. - (Travel Story. Книги для отдыха). - Вариант заглавия : Большая история маленького острова. - **Пер.изд.** : How Iceland

changed the world / Bjarnason, Egill 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: История Исландии, или, как многие ее называют, «страны льдов», началась 1200 лет назад, когда в один прекрасный день корабль викингов сел на мель посреди Северной Атлантики. В этот момент маленький остров перестал быть исключительно перевалочным пунктом и стал местом зарождения нации, чьи политические и творческие деятели, природные явления, и даже флора и фауна, навсегда изменили мир. Автор книги Эгиль Бьярнасон объясняет, почему страна сыграла ключевую роль в таких разнообразных событиях, как Французская революция, высадка на Луну, рождение Израиля и появление первой женщины-президента.

История Азии в целом

63.3(5Япо)

Д25

Де-Воллан, Григорий Александрович. В стране восходящего солнца : записки консула Российской Империи о Японии : [12+] / Г. А. Де-Воллан ; составление, предисловие, примечания и комментарии Я. Владимирова. - Москва : Эксмо, 2023. - 433 с., [8] л. цв. ил., портр. : ил., портр. ; 27. - (Подарочные издания. Великие путешествия) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Без малого 150 лет назад, в 1886 году, 39-летний сотрудник Азиатского департамента Министерства иностранных дел Григорий Александрович Де-Воллан (1847-1916) прибыл в Японию с дипломатической миссией. Это было удивительное время. Япония переживала самый драматический период своей тысячелетней истории, который называют Реставрацией Мэйдзи или даже Революцией Мэйдзи. Любознательному российскому дипломату, за шесть лет своего консульства несколько раз объехавшему Страну восходящего солнца, удалось увидеть столкновение нового и старого уклада непосредственно, что называется, лицом к лицу, и понять смысл восточной мудрости о том, каково это жить в эпоху перемен. В своей книге о Японии, адресованной прежде всего российскому читателю, Де-Воллан рассказал и о "преданьях старины глубокой", и о природных красотах островной страны, и о шедеврах искусства, знатоком которых он был отменным, и о новых амбициях молодого поколения соседней с Россией державы.

ЭКОНОМИКА

65.26

В19

Васин, Дмитрий Валентинович. Деньги и бизнес для детей : [для младшего школьного возраста : 7+] / Дмитрий Васин ; иллюстрации Д. А. Большаковой. - Москва : Эксмо, 2023. - 125, [2] с. : цв. ил. ; 26. - (Детские путешественники. Всегда на каникулах). - (Для детей от 7 до 15 лет) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - ЦДБ(1), ЗДЛ(1)**Аннотация:** Хотите вырастить из своего ребенка финансово грамотного и успешного человека? "Деньги и бизнес для детей" по шагам объясняет детям, как устроена экономика и как научиться превращать деньги в инструмент для исполнения желаний. Из книги ребенок узнает, что такое деньги и как их зарабатывать, как строится карьера, кто такие бизнесмен, инвестор и какие профессии есть в мире. Книга мотивирует хорошо учиться и ставить перед собой значимые цели.

65.26

Г55

Гляदेशкина, Василиса. Деньги от карманных до своих : самое важное о финансах подростку, который хочет уверенно чувствовать себя в будущем : [12+] / [Василиса Гляदेशкина] ; иллюстрации в блоке Т. Айрон. - Москва : АСТ, Времена, 2023. - 270 с. : ил., табл. ; 21. - (Психология Young Adult) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)**Аннотация:** У каждого свой путь к финансовому успеху: кто-то умеет делать деньги практически из воздуха, а другие пытаются найти ключ к богатству всю жизнь. Ты держишь в руках совершенно уникальную инструкцию по применению финансов. Весь мир пользуется деньгами, но эффективно - лишь единицы. Эта книга поможет тебе управлять своими финансами: зарабатывать, копить и тратить. Когда ты изучишь финансовую грамотность, мир станет гораздо проще и понятнее. А главное, ты узнаешь, как сделать так, чтобы фраза "деньги - не проблема" стала твоей коронной. Постарайся применить полученные знания в жизни, чтобы начать зарабатывать деньги и копить собственный капитал. Выполняй задания прямо в книге и получай новые навыки.

65.26

Р56

Ричардс, Карл. Давай поговорим о твоих доходах и расходах : научись правильно тратить деньги и богатеть : [12+] / Карл Ричардс ; перевод с английского Н. Бокаревой. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 218, [1] с. : ил. ;

22. - (Лучший мировой опыт) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Как часто вы беспокоитесь о целесообразности трат? Стоила ли покупка того, или лучше было положить потраченную сумму на свой накопительный счет? В этой книге, Карл Ричардс – специалист по финансовому планированию, дает рекомендации о том, как отбросить в сторону эмоции и трезво посмотреть на свои желания приобретать и тратить, с чего начать первые шаги к осознанным расходам и главное, как придерживаться этого плана. Вы откроете для себя, казалось бы, простые истины, которые помогут вам привести ваш бюджет в порядок, но удивитесь, почему до сих пор не придерживались их.

ПОЛИТИКА. ПОЛИТОЛОГИЯ

Политика и современное политическое положение в целом

66.2(2Рос)

З-17

Зайпель, Хуберт. Власть Путина. Зачем Европе Россия? : [16+] / Хуберт Зайпель ; перевод с немецкого А. С. Лоскутовой. - Москва : Эксмо, 2022. - 350 с. ; 22. - (Библиотека Президента). - Вариант заглавия : Зачем Европе Россия?. - **Пер.изд.** : Putins macht: warum Europa Russland braucht / Seipel, Hubert 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Хуберт Зайпель является единственным западным журналистом, имеющим прямой личный доступ к Владимиру Путину. В своей новой книге Зайпель анализирует международную и внутреннюю российскую политику в последние годы, бесплодную борьбу между ЕС, Украиной, США и Россией, а также глобальную систему власти, которая меняется на глазах. Союз Европы и России выгоден обеим сторонам, уверен Зайпель.

ПРАВО

Конституционное (государственное) право в целом

67.400

А65

Андрианова, Наталья Аркадьевна. Я гражданин России : [для младшего и среднего школьного возраста : 6+] / [Андрианова Наталья Аркадьевна ; иллюстрации Ирины Черновой]. - 3-е издание. - Москва : Эксмо, 2022. - 243 с. : цв. ил., фот. цв. ; 26. - (Детям о праве) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - Ф.3(1), Ф.5(1)

Аннотация: Книга в простой и доступной форме рассказывает детям о правовом устройстве России. В диалогах двух героев описаны ключевые правовые институты - президент, правительство, парламент, судебная система. Приведена информация о Конституции, учитывающая поправки 2020 года.

67.400.1

С32

Серебренко, Ася. Конституция для детей : от 8 до 12 лет : [для чего нужна Конституция? Какие права есть у каждого человека? Кто принимает законы? Как стать президентом? : для младшего и среднего школьного возраста : 6+] / Ася Серебренко ; иллюстрации О. А. Ким-Борзенко. - 3-е издание. - Москва : Эксмо, 2022. - 110 с. : цв. ил. - (Детям о праве). - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - Ф.5(1), ЗДЛ(1)

Аннотация: С этой книгой дети отправятся в захватывающее путешествие по страницам Конституции Российской Федерации. При помощи занимательных сюжетов и историй младшие школьники узнают, что такое государство, какими правами и свободами обладает гражданин России, как работает правительство нашей страны. Вместе с героями книги Темой и Алисой ребята столкнутся с жизненными ситуациями, разобраться в которых поможет основной закон страны. Эта книга расширит кругозор маленьких читателей, обогатит их словарный запас и расскажет об азах права. Также она пригодится в качестве справочника при подготовке сообщений и докладов в школе.

Управление административно-политической сферой

67.401.13

В50

Винтен, Элис. На передовой закона : истории полицейского о том, какова цена вашей безопасности : [12+] / Элис Винтен, полицейский Лондона в отставке ; перевод с английского О. А. Ляшенко. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2021. - 348, [1] с. ; 20. - (На передовой. О запутанных преступлениях и тех, кому под силу их раскрыть). - **Пер.изд.** : Girl on the line: life - and death - in the metropolitan police / Vinten, Alice 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Видим ли мы людей в полицейских? Чаще, скорее всего, их общественная роль затмевает личность, и мы замечаем лишь форму, социальную функцию. Элис Винтен, проработавшая десять лет в полиции Лондона, рушит эти стереотипы, показывая живые лица — коллег, офицеров и даже преступников. Ее мемуары — это настоящее литературное произведение со своим лейтмотивом, яркими персонажами, перипетиями и при этом невероятно искренний и правдивый рассказ о том, какова цена безопасности простых граждан.

Криминология

67.51

К27

Карышев, Валерий Михайлович. Русская мафия, 1991-2023. Банды и власть : [16+] / Валерий Карышев. - 9-е дополненное переиздание. - Москва : Эксмо, 2023. - 411, [3] с. ; 22. - (Энциклопедия криминала) 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: 9-е дополненное переиздание популярной "Энциклопедии криминала", которую вот уже почти 20 лет ведет известный российский адвокат Валерий Карышев. Личность Валерия стала легендарной после того, как он взялся защищать в суде... одного из самых жестоких, хитрых, удачливых и беспощадных киллеров конца XX века - А. Солоника. Решение Карышева работать со столь опасным клиентом было воспринято среди правозащитников и юристов, мягко говоря, неоднозначно. Но бесспорно одно: этот поступок потребовал немало мужества, смелости и, главное, искренней убежденности в том, что каждый человек априори невиновен и имеет право на защиту. Обновленная версия Энциклопедии открывает новый период в криминальной эпохе современной России. Автор обращает внимание на шокирующий факт, который, казалось бы, проходит незамеченным среди СМИ: самые влиятельные авторитеты "лихих 90-х", самые отмороженные главари банд, получившие в свое время немалые сроки, начинают выходить на свободу. Они уже другие. Они не носят с собой оружия, не устраивают беспредел, не делят города на зоны ответственности и не убивают друг друга на кровавых "стрелках". Их интересы теперь гораздо выше - в кабинетах Власти.

Судебная экспертиза

67.53

Б94

Бушманн, Клас. Когда говорят мертвецы : 12 удивительных историй судмедэксперта : [18+] / Клас Бушманн при участии Астрид Гербольд ; перевод с немецкого Л. В. Калининой. - Москва : Эксмо, 2022. - 252, [1] с. ; 21. - (Bad Karma. Реальные истории в стиле нуар). - **Пер.изд.** : Wenn die toten sprechen / Buschmann, Claas 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Каждый день стоять над трупами? Точно не для слабонервных. Но для Класа Бушманна это повседневная работа. Как и когда умер человек? Была ли это естественная смерть или убийство? Не хуже профессионального детектива он способен раскрыть самое запутанное дело по телу жертвы, ну, или по его кусочкам. Мумифицированная ступня, найденная в шахте метро... Мужчина, перевозивший мертвую жену в багажнике... Такие случаи не в новинку для опытного судмедэксперта. Доктор Бушманн не раз работал в «поле» и участвовал в расследованиях преступлений наравне со следователями. За многолетнюю практику у него скопилась целая коллекция странных, забавных и, конечно, жутких случаев. Клас Бушманн ломает привычное представление о судмедэкспертах и приоткрывает завесу тайны над этой мрачной профессией. Что такое синдром «спрячься и умри»? Чем «неживой» отличается от «умершего»? Зачем коварному убийце резать жертве ногу, а не бить в голову или живот? Скоро вы все узнаете...

КУЛЬТУРА. НАУКА. ПРОСВЕЩЕНИЕ

ОБРАЗОВАНИЕ. ПЕДАГОГИКА

Дошкольная педагогика

74.100.5

З-25

Зальц, Гейл. Наш первый разговор об ЭТОМ : только для детей! : [для дошкольного возраста : для чтения взрослыми детям : 0+] / Гейл Зальц ; иллюстрации Линн Аврил Крэват ; перевод с английского Валерии Галкиной ; под редакцией Екатерины Макаровой. - Москва : Эксмо, #эксмодетство, 2023. - 27, [4] с. : цв. ил. ; 25. - (#эксмодетство) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - ЗДЛ(1)

Аннотация: Настало время, когда ребенок захотел узнать, откуда же он появился. И абсолютно нормально, если родитель смущается и не может ответить на все неудобные вопросы малыша. С помощью книги "Наш первый разговор об ЭТОМ" вы сможете рассказать ребенку все самое нужное и ничего лишнего. Ребенок по-

знакомится со строением своего тела, научится правильно называть его интимные части, осознает необходимость личной гигиены и научится воспринимать свой меняющийся организм ответственно и позитивно. А родитель получит понятные ответы на все интересующие малыша вопросы. Книга выпускается под редакцией и с комментариями доктора Екатерины Макаровой - опытного практикующего специалиста в области урологии и сексологии.

74.102

К69

Корсакова, Юлия Владимировна. Как развить у ребенка внимание, память, речь : для старшего дошкольного возраста : для детей 4-6 лет : 0+ / Юлия Корсакова ; иллюстрации П. Северцова, М. Герасимова. - Москва : Эксмо, #эксмодетство, 2020. - 64 с. : цв. ил. ; 24. - (Учим ребенка правильно). - (#эксмодетство) 4000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - ЗДЛ(1)

Аннотация: В пособии использована авторская методика, нашедшая немало поклонников в сети инстаграм (89 000 подписчиков). Великолепные цветные иллюстрации, интересные, доступные и понятные задания книги ориентированы на развитие произвольного и непроизвольного внимания, слуховой, образной и словесной памяти, а также речи. Материал представлен в игровой форме - это поможет сделать процесс обучения интересным и увлекательным. Кроме того, систематическое выполнение упражнений сделает ребенка более усидчивым, терпеливым, самостоятельным и способным к самоконтролю. А квалифицированные советы помогут родителям достигнуть желаемого результата без помощи специалиста. Адресовано дошкольникам, родителям, воспитателям ДОУ и может использоваться, как для занятий дома, так и в детском саду.

Семейное воспитание и образование

74.90

В12

Вагнер, Ксения Николаевна. Люся и Степка в мире эмоций : 10 шагов, которые научат ребенка понимать свои чувства и общаться с другими : [читаем и обсуждаем с детьми 6-10 лет : 16+] / Ксения Вагнер ; иллюстратор Наталья Брага. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 251, [1] с. : цв. ил. ; 22 4000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - ЗДЛ(1)

Аннотация: Перед вами 10 шагов к счастью ребенка - 10 рассказов о современных школьниках и дошколятах, их радостях и горестях, мечтах и страхах, победах и промахах. Эта книга для родителей, которые хотят понять своих детей, и для детей, которые хотят быть счастливыми. В школе, дома, во дворе Люся (7 лет) и Степка (9 лет) попадают в знакомые каждому ребенку ситуации и испытывают в них самые разные эмоции. Радость, печаль, страх, стыд, гнев, любопытство, вина, отвращение - как научиться управлять этими и другими чувствами? Зачем они нужны и почему их важно обсуждать с самим собой и со взрослыми?

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Гимнастика

75.69

Л35

Левенштейн, Макс. Йога для негибких : руководство по основным позам и техникам : три уровня сложности : [12+] / Макс и Лиз Левенштейн ; [перевод с немецкого А. А. Сибуль]. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 156, [2] с. : фот. цв. ; 25. - (Время йоги Практики, доступные каждому) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Развивая свою гибкость, мы укрепляем позвоночник и повышаем подвижность мышц, ощущаем меньше боли в них, расслабляемся, снижаем стресс. Она помогает нам лучше справляться с негативными последствиями современного образа жизни и быстрее восстанавливаться. Из этой книги вы узнаете, что йога и гибкость идут рука об руку и как с их помощью сделать свое тело не только сильным, но и пластичным. Авторы книги, на собственном опыте убедившиеся, насколько сильно йога меняет тело, самочувствие и даже отношение к жизни, уверены - начинать свой путь к гибкости можно в любое время и в любом месте. Они включили в книгу множество поз, представив их в трех вариантах выполнения в зависимости от подготовки - начальном, среднем и продвинутом. Вы найдете позы для раскрытия плеч, наклоны и прогибы назад, скручивания, позы для тренировки баланса, а также дыхательные упражнения для расслабления и успокоения.

СРЕДСТВА МАССОВОЙ ИНФОРМАЦИИ

СМИ в целом

76.0

В54

Витале, Джо. Гипнотические рекламные тексты : как искушать и убеждать клиентов с помощью копирайтинга : [12+] / Джо Витале ; перевод с английского Т. Климовой. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 298 с. : ил. ; 22. - (Книги-драйверы). - **Пер.изд.** : Hypnotic writing / Vitale, Joe 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный. Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Легендарная книга по продающим текстам. В ней Джо Витале, один из самых высокооплачиваемых в мире копирайтеров, раскрывает принципы гипнотического письма — безотказного инструмента влияния на сознание покупателей. Этот инструмент незаменим при создании емейл-рассылок, продающих постов, рекламных публикаций и прочих текстов, цель которых продавать товары и услуги. В своей книге Джо Витале щедро делится примерами удачных креативных решений. В ней вы найдете: формулу написания гипнотических текстов; бесценные советы о том, как взять под контроль сознание читателя и подтолкнуть его к действию; 5 секретных законов гипнотического убеждения; 30 способов написать гипнотический заголовок.

Телевидение. Тележурналистика

76.032

М12

Магронт, Мария Викторовна. История создания телевидения : как рождались культовые программы : [12+] / Мария Магронт. - Москва : Эксмо, 2019. - 110, [1] с., [8] л. фот. ; 22. - (Мастер сцены) 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - ЦДБ(1), АБ(1)

Аннотация: Телевидение - это особая магия. Являясь одним из самых "молодых" жанров индустрии развлечений, оно быстро привязало аудиторию к себе и не сдает позиции даже с появлением интернета. Мы все хорошо знаем, что происходит на экране любой из передач, но что остается за кадром? Насколько лицевая сторона "голубого экрана" отличается от изнанки?

ДОСУГ

77.563я2

Б89

Брукс, Иэн. Карточные игры : 40 самых известных игр : карманный справочник : [12+] / Иэн Брукс ; перевод с английского М. К. Орловой. - Москва : Эксмо, 2021. - 221 с. : цв. ил. ; 15. - (Подарочные издания. Досуг) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Освойте более 40 захватывающих популярных карточных игр! Уникальный справочник по карточным играм для всех возрастов: игры расположены в алфавитном порядке, с подробными инструкциями; правила подсчета очков и ответы на часто задаваемые вопросы; иллюстрированные методы освоения игр от пасьянса до Рамми и стратегии для победы В конце книги вы найдете словарь основных терминов, используемых в карточных играх.

77.563

Д56

Добровинский, Александр Андреевич. Йога для мозгов 2.0 : для продвинутых мозгойогов : [от ведущего самого интеллектуального радиошоу страны : 16+] / Александр Добровинский. - Москва : Эксмо, Бомбора™, 2020. - 206 с. : ил. ; 21. - (Психология. Мозговой штурм) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Как превратить игру, придуманную своим дедушкой, в популярное шоу? Очень просто. Нужно вырасти знаменитым адвокатом, стать радиоведущим на "Серебряном дожде" и каждую неделю играть со слушателями в "Йогу для мозгов". Задавать им, как когда-то дедушка на семейных посиделках, вопросы и помогать находить правильные ответы. В эту книгу вошли авторские вопросы Александра Добровинского. Они посвящены занимательным фактам из области искусства, истории, политики, юриспруденции и т. д. Открываете, читаете и пытаетесь отыскать вместе с друзьями правильные ответы. Или просто проверяете себя на эрудицию. В любом случае хорошее времяпрепровождение обеспечено!

ФИЛОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

ФОЛЬКЛОР

82.3(0)

Б46

Бенедетти, Тео. 20 самых известных мифических героев всего мира : [для среднего школьного возраста : 12+] / [Тео Бенедетти, Кьяра Чони ; перевод с английского В. П. Куприянова ; иллюстрации Джованни Абейлле [и др.]]. - Москва : Эксмо, #эксмодетство, 2022. - 87 с. : цв. ил., портр. ; 27. - (Истории о великих людях, изменив-

ших мир). - (#эксмодетство) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - ЗДЛ(1)

Аннотация: Эта книга расскажет о 20-ти знаменитейших персонажах мифов и эпосов разных народов мира – древних греков, римлян и многих других. Кто сумел поймать Солнце в ловушку? Что за титан подарил людям огонь? Кому из легендарных героинь не было равных в беге? Энциклопедия ответит на эти и иные вопросы об известных персонажах и событиях самых захватывающих мифов Земли!

82

П81

Пропп, Владимир Яковлевич. Исторические корни волшебной сказки : 16+ / Владимир Пропп. - Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2022. - 573, [2] с. ; 18. - (#экопокет). - (The Best) 4000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Владимир Яковлевич Пропп - известный отечественный филолог, предвосхитивший в книге "Исторические корни волшебной сказки" всемирно известного "Тысячеликого героя" Джозефа Кэмпбелла. Эта фундаментальная работа В. Я. Проппа посвящена анализу русской и мировой волшебной сказки. В ней рассматриваются истоки происхождения сказки как особого вида и строения текста. Выводы, сделанные Проппом, будут интересны не только ученым, но и копирайтерам (как составить текст, чтобы им зачитывались), маркетологам (как создать увлекательный миф бренда), психологам (какие сказки повлияли на жизнь клиента), а также другим представителям профессий, которых еще не существовало в период создания этой уникальной книги.

ЛИТЕРАТУРОВЕДЕНИЕ

Русская литература XIX в.

83.3(2=411.2)-8

С32

Сергеева-Клятис, Анна Юрьевна. Заложники любви : пятнадцать, а точнее шестнадцать, интимных историй из жизни русских поэтов : 16+ / Анна Сергеева-Клятис ; фотографии Николая Алексеева. - Москва : Молодая гвардия, 2019. - 389, [1] с., [16] л. портр., ил. ; 21. - (Жизнь замечательных людей серия биографий ; выпуск 2003 (1803)) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Любовь - состояние измененного сознания. Каждый человек, испытавший это чувство, понимает, как оно опьяняет, мучает, захватывает, вдохновляет, позволяет пережить минуты высочайшего восторга, повергает на самое дно отчаяния. Что же говорить о любви поэта, который и без того живет на грани двух реальностей, иными словами - не вполне нормален? Интенсивность чувства переплавляется в поэтические строки невероятной силы, испытанные страдания и наслаждения становятся материалом для творчества, мощно влияют на весь строй личности, на мировоззрение, заново формируя картину мира. Подобное можно сравнить разве что с масштабными природными катаклизмами, когда на месте катастрофических разломов земной коры вырастают вдруг до небес неведомые дотолы горные массивы - "как бы воздушные руины волшебством созданных палат". Настоящая книга построена не вполне обычно для серии "ЖЗЛ". В нее включены шестнадцать любовных историй из жизни великих русских поэтов - от Василия Жуковского и Александра Пушкина до Иосифа Бродского и Геннадия Шпаликова. Не о "бесконечном счастье" любви рассказывается здесь, а о ее "муке жалеющей", не о воплощенных надеждах и гармонии блаженного спокойствия, а о болезненной двойственности поэтического духа и его катастрофической ненасытности - любовь шествует рука об руку с предательством, изменой и внутренней несвободой... Вместе с тем речь идет о чувствах такой невероятной интенсивности и таком высоком накале страсти, что порой невозможно не содрогнуться: "Когда любит поэт, влюбляется бог неприкаянный". - Трагическому волшебству любви посвящена эта книга.

ИСКУССТВО. ИСКУССТВОЗНАНИЕ

ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОЕ ИСКУССТВО

85.1-8

И26

Игнатовски, Рэйчел. Женщины в искусстве : 50 женщин, изменивших мир : [истории о невероятных женщинах : 12+] / автор текста и иллюстраций Рэйчел Игнатовски ; [перевод с английского А. Поповой]. - Москва : Эксмо, Бомбора™, 2021. - 127 с. : портр., цв. ил. ; 25. - (Rebel stories. Вдохновляющие истории для детей и не только). - Вариант заглавия : 50 женщин, изменивших мир 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - ЦДБ(1), АБ(1)

Аннотация: Искусство — это нечто большее, чем просто красота, — это сила! Все, что нас окружает, независимо от того, осознаем мы это или нет, создано художниками. Здание, в котором мы живем, рекламный щит на улице, узор у тебя на рубашке — все это начиналось с идеи в голове у творца. Многие считают, что наша способность к самовыражению через творчество — и есть то, что делает людей особенными. Богато иллюстрированная книга знаменитого дизайнера Рэйчел Игнатовски посвящена 50 выдающимся женщинам искусства древнего и современного мира. Героини книги — художницы Фрида Кало и Джорджия О'Киф, писательница Беатрис Поттер и многие другие бесстрашные женщины, проложившие путь для новых поколений женщин-художниц, скульпторов и писательниц.

85.16

Д40

Джакоза, Маргарита. Легендарные фотографии, изменившие мир : ключевые моменты истории : [16+] / Джакоза Маргарита, Моттаделли Роберто, Орелли Джанни ; [перевод с английского Г. Умеренковой]. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 223 с. : портр., фот. ; 29. - (Фотография как искусство) 3000 экз. - Изображение (визуальное ; неподвижное ; двухмерное) : непосредственное + Текст : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - ЧЗ(1)

Аннотация: 150 лет истории на 100 легендарных фотографиях! От открытия гробницы Тутанхамона до первого полета на самолете братьев Райт, от грибовидного облака в Нагасаки до первой высадки на Луну - эти 100 фотографий запечатлели некоторые из самых знаковых моментов в истории. Они напоминают нам, что фотография не только ведет хронику крупных событий по всему миру, но также служит средством повышения осведомленности и изменения общественного мнения. Авторы этой замечательной книги - эксперты в своих областях и знатоки искусства - дают подробные комментарии ко всем изображениям. Каждая подобранная ими фотография важна тем, что навсегда изменила то, как мы живем, учимся, общаемся и, во многих случаях, смотрим на мир. Эту искусно составленную книгу действительно нельзя пропустить!

МУЗЫКА И ЗРЕЛИЩНЫЕ ИСКУССТВА

Музыка в целом

85.313(2)6-8

M25

Марголис, Михаил Михайлович. Наше время : 30 уникальных интервью о том, кто, когда и как создавал нашу музыкальную сцену : [16+] / Михаил Марголис ; фотографии Владимира Машатина [и др.]. - Москва : Эксмо, Бомбора™, 2021. - 349, [1] с., [16] л. цв. фот., портр. ; 22 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)**Аннотация:** Новая книга Михаила Марголиса посвящена истории российского шоу-бизнеса и ключевым фигурам на его авансцене и за кулисами. В основе ее – уникальная документальная хроника. Это интервью, сделанные когда-то самим Марголисом. Сохранившиеся в газетных и журнальных подшивках, записях диктофона и различных эфирах – свидетельства эпохи, прямая речь героев и очевидцев событий. Вместе с автором мы перенесемся на 10, 20, 30 лет назад. Во времена, где Игоря Талькова только-только застрелили перед концертом, Валерий Меладзе – еще никому не известный певец, Игорь Крутой живет в Москве в коммуналке со старушкой, а Федор Бондарчук прогнозирует смерть видеоклипов. Это время появления на сцене Линды и Децла. Времена, когда 26-летний Филипп Киркоров считает, что образ артиста на сцене должен быть скромным. Времена, когда российский рок вышел из андеграунда и неожиданно для себя стал собирать стадионы, вкусив настоящей славы. В этой книге вы прочтаете интервью с Аллой Пугачевой, Борисом Гребенщиковым, Стасом Наминым, Тиграном Кеосаяном, Аленой Свиридовой и другими людьми, сделавшими российский шоу-бизнес таким, каким мы видим его сегодня. Одни имена стали уже классикой, про других сейчас никто не вспомнит. В этой книге достаточно прямой речи, фактов, крупных планов, портретов, чтобы почувствовать, как развивалась и менялась российская музыкальная "игра на выбывание", вместе с ее игроками и нашей действительностью.

Балетный театр

85.335.42-8

E78

Ерофеева-Литвинская, Елена. Майя Плисецкая. Танец, устремленный в будущее : [12+] / Елена Ерофеева-Литвинская. - Москва : АСТ, Огиз, 2022. - 158, [1] с. : портр., фот. ; 22. - (Звезды века). - Вариант заглавия : Танец, устремленный в будущее 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный + Изображение (визуальное ; неподвижное ; двухмерное) : непосредственное.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)**Аннотация:** "В 80-е годы прошлого века мне посчастливилось близко общаться с Майей Михайловной Плисецкой. Эта книга - дань памяти. Уважения и поклонения великой балерине и выдающейся личности. Какой она навсегда осталась в моем сердце". - Пишет автор Елена Ерофеева-Литвинская. В альбом вошли редкие, неопубликованные ранее фотографии Владимира Пчелкина. Якова Халипа. Елены Фетисовой и Алексея Бражникова.

Драматический театр

85.334.3(2)6-8

А48

Алентова, Вера Валентиновна. Все не случайно : [16+] / Вера Алентова ; во внутреннем оформлении использованы фотографии Ксении Засецкой, Аллы Четвериковой и из семейного архива Веры Алентовой. - Москва : Эксмо, 2022. - 541, [1] с., [16] л. портр., фот. ; 22. - (Автобиография-бестселлер) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Вера Алентова, редкой красоты и элегантности женщина, рассказала о себе то, о чем большинство звезд обычно предпочитают не распространяться. Шокирует, что великая актриса вовсе не боится показаться нам смешной, ошибающейся, слабой, а подчас и отчаявшейся. Так иронизировать над собой могут лишь совершенные люди с необыкновенно светлой душой и любящим сердцем. Прекрасная история прекрасной жизни захватывает с первой страницы. Сколько судеб пересеклись с судьбой Веры Валентиновны! И для каждого актера, режиссера, коллеги по работе и друга она находит добрые и очень точные слова. И, перевернув последнюю страницу, вдруг понимаешь: Вера Алентова в оscarоносном фильме «Москва слезам не верит» сыграла саму себя: простую девушку, которая прошла по жизни с любовью, достоинством и оптимизмом, всего добившись сама.

85.334.3(2)6-8

Б40

Безрукова, Ирина Владимировна. Жить дальше : автобиография : [16+] / Ирина Безрукова ; фотографии Ларисы Бардиной [и др.]. - Москва : Эксмо, 2021. - 413, [1] с., [10] л. портр., фот. ; 21 7000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Актриса Ирина Безрукова в этой книге впервые подробно рассказывает о насыщенной событиями жизни: о работе в театре и кино, в том числе и о съемках в фильме "Коля", ставшем оscarоносным, и о том, что помешало ей побывать на церемонии вручения премии "Оскар" и получить из рук киноакадемиков свой приз. О встречах с великими – Олегом Табаковым, Натальей Гундаревой, Вадимом Абдрашитовым, Михаилом Задорновым, Любовью Полищук, Иваном Дыховичным. О том, как произошло ее знакомство с актером Сергеем Безруковым и как повлияло на ее дальнейшую судьбу. Узнаем и о самых трагических событиях жизни Ирины Безруковой – о смерти мамы, которую она потеряла будучи еще ребенком и о гибели ее единственного сына Андрея. Ирина поделится с нами мудростью, расскажет, как можно, пройдя сквозь эти беды и невзгоды, не сломаться, а найти в себе силы жить дальше, видеть красоту и гармонию этого мира.

85.334.3(2)6-8

З-38

Захарчук, Михаил Александрович. 11 звезд Таганки : [16+] / Михаил Захарчук. - Москва : Эксмо, 2021. - 348, [2] с. : ил ; 21. - (Великие актеры театра и кино) 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Эта книга об одиннадцати самых известных людях самого известного, можно даже сказать скандально известного советского Театра на Таганке. Среди отечественных творческих коллективов Таганка, пожалуй, единственный в стране, у которого три взаимоисключающие биографии. С момента образования в 1946 году он был Московским театром драмы и комедии. Потом стал Московским театром драмы и комедии на Таганке. А затем и вовсе разделился на две труппы. Но эта книга - о главном Театре на Таганке. О том театре, где больше полутора десятка лет на подмостки выходил легендарный Владимир Высоцкий. Здесь читатель найдет уникальные, эксклюзивные факты из жизни звезд: Владимира Высоцкого, Анатолия Васильева, Николая Губенко, Николая Дупака, Валерия Золотухина, Юрия Любимова, Зинаиды Славинной, Вениамина Смехова, Леонида Филатова, Бориса Хмельницкого, Леонида Ярмольника.

Эстрада в целом

85.36-8

Г16

Галустян, Михаил Сергеевич. Знак отличия : история смешного мальчишки : автобиография : [16+] / Михаил Галустян. - Москва : Эксмо, 2020. - 350, [1] с. ; 21 10000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Михаил Галустян делится правилами успеха, дает подсказки будущим квнщикам и тем, кто хочет связать свою жизнь с творчеством. В отдельных главах - о "Наша Russia" и "Comedy club", съемках в кино, продюсировании фильмов и музыкальном проекте. О взлетах и падениях, о хейтерах и поклонниках, о драматической роли, о тайной символике татуировок и личных энергетических способах защиты. Автобиография проиллюстрирована рассказами близких друзей: Гарика Мартиросяна, Армена Ананикяна, Александра Реввы и других, родителей и жены Виктории Галустян.

85.364.1-8

K83

Кроуфорд, Робин. Уитни Хьюстон. История великой певицы глазами ее близкой подруги : [18+] / Робин Кроуфорд ; перевод с английского Я. Мышкиной. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 313, [1] с. ; 22. - Вариант заглавия : История великой певицы глазами ее близкой подруги. - **Пер.изд.** : A song for you: my life with Whitney Houston / Crawford, Robyn 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Робин Кроуфорд, много лет избегавшая встречи с репортерами, решила пролить свет на ее отношения с Уитни Хьюстон. Их связывала многолетняя дружба, и именно Робин была рядом со звездой еще до начала ее головокружительного успеха. Она стала свидетелем первых концертов, записи альбомов, романов и увлечения наркотиками, которые в итоге стали причиной безвременного ухода певицы. Эта история началась летом 1980 года, в общественном центре Ист-Оранджа, где Робин впервые увидела юную Уитни. Они познакомились, когда Робин раздавала бланки для вожатых. А закончилась в Беверли-Хиллз, зимой 2012-го. В день, когда тело певицы выносили из церкви под ее бессмертный хит «I will always love you». А между двумя этими событиями — целая жизнь, сложная и яркая — такая же, как и сама Уитни Хьюстон. Робин Кроуфорд написала эту биографию, чтобы не только почтить память подруги, но и прояснить те моменты ее жизни, о которых было столько сплетен и недомолвок. Пожалуй, никто, кроме Робин, не знал Уитни настолько близко. И теперь эти воспоминания перед вами.

Киноискусство в целом

85.37

M91

Муссель, Максим Константинович. Все грани мобильного кино : как профессионально снимать кино на смартфон : [12+] / Максим Муссель ; иллюстрации Н. В. Якуниной. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 126 с. : ил. ; 22. - (Мастер сцены). - Вариант заглавия : Как профессионально снимать кино на смартфон 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - ЦДБ(1), ЗДЛ(1)**Аннотация:** "Прямо кадр из фильма!", "Такой вид, хоть кино снимай!" — если вас хоть раз в жизни посещали такие мысли, то настало время действовать. Для этого достаточно вооружиться смартфоном и этой книгой. Ведь теперь у вас есть все, чтобы снимать настоящее кино. "Все грани мобильного кино" — это практическое пособие для начинающих режиссеров. Максим Муссель делится личным опытом создания фильмов на смартфоне. Он становится проводником в мир киноискусства, доступного каждому. Чтобы стать режиссером вовсе не обязательно покупать огромные профессиональные видеокамеры, снимать студию и строить масштабные декорации — достаточно небольшого гаджета и основной теории кино.

85.373(3)-8

X40

Хессе, Мария. Мэрилин Монро : биоГрафический роман : [18+] / Мария Хессе ; перевод с английского Марии Баевой. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 172, [2] с. : цв. ил., портр. ; 27. - (биоГРАФИЧЕСКИЙ роман). - **Пер.изд.** : Marilyn / Hesse, Maria 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный + Изображение (визуальное ; неподвижное ; двумерное) : непосредственное.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)**Аннотация:** После успеха биографий Фриды Кало и Дэвида Боуи Мария Хессе с фанатской аудиторией более 200 000 читателей открывает нам Мэрилин такой, какой мы ее никогда не видели. Стиль Марии Хессе стал очень узнаваем, она была выбрана Taschen в качестве одного из 100 лучших иллюстраторов в мире. После более чем года исследований она представляет читателям историю, которая разобьет все клише. Мэрилин Монро была одной из величайших икон XX века, самым популярным лицом всех времен. Ее любила публика, режиссеры, писатели и сам президент США. Однако она умерла в одиночестве в возрасте тридцати шести лет. Кем на самом деле была Норма Джин Бейкер? Самая известная актриса в истории кино, секс-символ целой эпохи, прототип глупой блондинки, прятавшая в душе интересную личность, которая до сих пор остается неизвестной. Мария Хессе заставила расцвести душу Мэрилин Монро, женщины, которая нарушала все правила и нормы и заслуживает сегодня, чтобы ее вспоминали больше, чем когда-либо, за ее талант, чувствительность, интеллект и все те барьеры, которые она смогла преодолеть.

Художественно-игровое кино

85.373(3)

B89

Брю, Саймон. Киномания. Краткий экскурс по кино : от громких блокбастеров до культовых инди-фильмов : [18+] / Саймон Брю ; перевод с английского Д. Калининой. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 240 с. : цв. ил., портр., фот. цв. ; 25. - (Подарочные издания. Кино). - Вариант заглавия : Краткий экскурс по кино 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)**Аннотация:** Эта книга — ваш персональный гиковский гид по обратной стороне кино, выросший из обычного сайта с рецензиями! Авторы проведут для вас увлекательную экскурсию по съёмочным площадкам известных фильмов и расскажут о самых необычных фактах. Например, что изначально всеми любимая «Красотка» с Джулией Робертс планировалась как мрачная драма о проституции. А фильм

«Чужой» подарил жизнь анимационной франшизе «Ледниковый период». Также вы узнаете: Как менялась стоимость блокбастеров и сколько стоит семиминутная сцена в голливудском блокбастере? Каким фильмам обязана своим успехом франшиза о супергероях? Кто из сценаристов смог выручить 25 миллионов долларов за свои проекты? Почему 1910-е были лучшим временем для гангстерских фильмов, а 1990-е — для научной фантастики? Какие из фильмов так и не были выпущены, а какие лучше бы никогда и не выходили? Легкий язык повествования, множество красочных иллюстраций и большой формат — ни один фанат кино не сможет пройти мимо!

85.374

Ш64

Ширяев, Вячеслав Эдуардович. Дебют в кино : как снять свою первую короткометражку : [16+] / Вячеслав Ширяев, Дмитрий Котов ; иллюстрации Н. Якуниной. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 267, [4] с. : ил., табл., портр. ; 22. - (Мастер сцены) 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - ЦДБ(1), АБ(1)**Аннотация:** К 2020 году в России сняли 2000 короткометражных фильмов. Большая часть из них — это работы дебютантов, что не удивительно. Короткий метр — часто недооцененный зрителями жанр, и уж точно не самый легкий, но начинать свой профессиональный путь с него гораздо доступнее. К тому же, поработав над короткометражкой, новичок сможет побывать и на месте сценариста, и на месте режиссера, и на месте монтажера, как минимум. А с таким багажом опыта в мире большого кинематографа будет уже не страшно! Авторы этой книги, опытные преподаватели школы кино "Арка", Вячеслав Ширяев и Дмитрий Котов расскажут все тонкости работы над первым фильмом. С чего начать написание сценария? Как выстроить верную "кардиограмму" драматургии? Как сделать раскадровку, даже не умея рисовать? Как сэкономить на локациях для съемки? Как достичь композиционного равновесия и выстроить свет? Где брать актеров и как проводить пробы? Что делать с фильмом на этапе постпродакшена? Учебник дополнен иллюстрациями, практическими заданиями, списком кинолент для обязательного просмотра, а также примерами КПП короткометражного фильма и упрощенного вызывного листа.

РЕЛИГИЯ. МИСТИКА. СВОБОДОМЫСЛИЕ

Православие

86.372.24-6

Г95

Гуреева, Ксения. Оптина звала : 7 месяцев, которые подарили жизни новый смысл : [16+] / Ксения Гуреева. - Москва : Эксмо, 2022. - 122, [1] с. ; 21. - (Вера и радость) 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Оставить позади карьеру, успех и «тусовки» ради поиска настоящих ценностей и смысла жизни? Одно такое решение — и жизнь Ксении Гуреевой разделилась на «до» и «после». На 7 месяцев девушка уехала в легендарный монастырь Оптина Пустынь. Суровые условия послушания, душ раз в неделю, изнуряющая работа с рассвета до заката, общение с знаменитыми старцами и нечаянные радости, — весь уникальный опыт жизни в обители глазами простого человека.

86.372.24-6

П18

Пархоменко, Константин Владимирович. Дневник священника : мысли и записки : [16+] / протоиерей Константин Пархоменко. - Москва : Эксмо, 2023. - 269, [1] с. : ил. ; 21. - (Священники-блогеры: о любви, семье и вере) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: "Дневник священника" - это живая и глубокая книга человека, посвятившего себя служению Богу и людям. Его биографические заметки пронизаны теплом веры и надеждой на лучшее в окружающем мире, бесконечным состраданием к людям и их нуждам. Протоиерей Константин Пархоменко - человек, чьи внимательные глаза смотрят в самую глубь вещей и событий. Его история - это история России сегодня, разных людей и церкви, но не с точки зрения каких-то правил, а с точки зрения истинно верующего человека. История от чистого сердца. "Очень часто я ловлю себя на мысли, что обычный человек совершенно не представляет себе настоящей, подлинной жизни священника. А мы, священники, обычно мало говорим о своем служении. Это происходит потому, что наше общение с людьми часто происходит на духовническом уровне, то есть на уровне доверительно-исповедальном..." В книге вы найдете много интересных фактов и наблюдений из духовной жизни действующего священника.

Буддизм

86.35-4

Д15

Далай-лама Искусство быть счастливым : руководство для жизни : [16] / Его Святейшество Далай-лама и доктор Говард Катлер ; перевод с английского В. Сафонова. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 411, [1] с. : ил. ; 22. - (Великие учителя современности). - (Мировой бестселлер) 4000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

ный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Может ли книга духовного лидера стать бестселлером, учебником жизни для всех людей, независимо от вероисповедания? Да, может, и лучшее доказательство этому - "Искусство быть счастливым" Далай-ламы XIV. В этом произведении он отвечает на вопросы психотерапевта Говарда Катлера с точки зрения буддийской философии. С момента первой публикации книга выдержала 10 переизданий, а принципы, изложенные Далай-ламой, получили множество научных подтверждений. Чему же учит духовный наставник западного читателя? Умению быть счастливым. Ведь счастье составляет смысл и цель жизни. Почему же так важно быть счастливым? Как отличить истинное счастье от наслаждения? Зачем воспитывать в себе способность к состраданию? На чем основаны близкие отношения? Далай-лама рассказывает о решении проблем и принятии решений, об уверенности в себе и активных действиях. В книге вы найдете бесценные подарки от Учителя медитации о смысле жизни, сострадании, природе ума.

Магия, мантика

86.414

С72

Спиллер, Ян. Астрология души : путь души согласно Лунным узлам: от привычек из прошлой жизни - к предназначению в нынешней : [перевод с английского : 16+] / Ян Спиллер. - Москва : Эксмо, 2023. - 556, [1] с. ; 25. - (По Млечному пути. Западная астрология) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)**Аннотация:** Книга основана на положении Лунных узлов в натальной карте. Согласно астрологии, Лунные узлы указывают на предназначение человека, а также на качества, с которыми он пришел в этот мир. Ян Спиллер подробно описывает положение Лунных узлов в каждом знаке Зодиака, затрагивая все сферы жизни человека - профессию, взаимоотношения, цели и способы их достижения. Она рассказывает как о сильных свойствах личности, так и о тех, что нуждаются в проработке, и предлагает особую стратегию для каждого положения Лунных узлов. Книга станет подспорьем при анализе индивидуального гороскопа как для новичков в астрологии, так и для продвинутых пользователей.

ПСИХОЛОГИЯ. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

ПСИХОЛОГИЯ

Психические процессы и состояния

88.25

Б87

Бреннан, Сабина. Омолоди свой мозг за 100 дней : как улучшить память и сохранить здоровье до глубокой старости : [книга с упражнениями, тестами и планером : 16+] / Сабина Бреннан, психолог ; перевод с английского О. А. Нужиной. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 313, [1] с. : табл. ; 22. - (Мозговой заряд. Книги для тренировки самых важных навыков). - Пер.изд. : **days to a younger brain: maximize your memory, boost your brain health and defy dementia / Brennan, Sabina** 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Считается, что нарушения памяти, внимания и мышления встречаются только у старшего поколения. Но это не так. Сегодня все более молодые люди могут заметить эти проблемы и у себя. Поэтому очень важно поддерживать здоровье мозга на протяжении всей жизни, и не имеет значения, в каком возрасте вы захотите начать. Нейробиолог и психолог Сабина Бреннан разработала 100-дневную программу, которая поможет как можно дольше сохранять ваш мозг молодым. Автор предлагает посвятить каждую неделю развитию самых важных факторов, влияющих на здоровье мозга: сон, стресс, состояние сердца, мироощущение, социальная, умственная и физическая активности. В каждой главе вам предложат пройти тесты, которые помогут оценить нынешнее состояние мозга и разработать план по улучшению и поддержанию здоровья. В этой книге вы найдете большое количество практических советов и упражнений, которые с легкостью сможете включить в свой распорядок дня.

Общая психология

88.28

Г91

Грэйс, Энни. В ясном уме : как алкоголь манипулирует подсознанием и как это прекратить : вся правда про алкоголь : [16+] / Энни Грэйс ; перевод с английского А. Мелиховой. - Москва : Эксмо, Бомбора™, 2020. - 397 с. ; 21 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Реальная история англичанки Энни Грэйс, которая помогла тысячам людей вернуть себя. Сделав головокружительную карьеру в 26 лет и ведя обычный для топ-менеджера образ жизни, Энни внезапно осо-

знала, что социально поощряемое и казалось бы, безобидное употребление алкоголя вот-вот обернется для нее потерей не только работы, но и собственной личности. В этой книге откровенный личный опыт освобождения от зависимости сочетается с медицинскими, психологическими и социальными данными об алкоголе.

Психология личности

88.3

Б97

Бэрроу, Карен. Взрослая жизнь : лайфхаки для тех, кто начинает жить самостоятельно : [16+] / Карен Бэрроу, Тим Херрера, Кэррон Ског ; перевод с английского А. С. Богданова. - Москва : Эксмо, Бомбора™, 2021. - 221, [1] с. : цв. ил. ; 25 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - ЦДБ(1), АБ(1)

Аннотация: Когда находишься на пороге взрослой жизни, перед тобой встает множество трудностей и вопросов, о которых не расскажут в университете: как добиться успехов на работе, не бояться просить повышения, научиться договариваться, распоряжаться личным бюджетом, сделать свой дом уютным без особых трат, справляться со стрессом и предотвратить выгорание? Авторы – профессиональные журналисты – собрали 45 самых полезных статей The New York Times, посвященных дому, карьере, здоровью, финансам и отношениям. Они делятся лайфхаками, которые помогут сделать повседневную жизнь легче и приятнее. Благодаря этому руководству, вы сможете раскрыть потенциал и найти свой путь.

88.3

П76

Примаченко, Ольга Викторовна. К себе нежно : книга о том, как ценить и беречь себя : [16+] / Ольга Примаченко. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 328, [5] с. : портр. ; 21 50000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:4 - Ф.1(1), Ф.3(1), Ф.5(1), АБ(1)

88.3

Р65

Рой, Олег Юрьевич. Женщинам о мужчинах : [16+] / Олег Рой. - Москва : РИПОЛ классик, 2022. - 189 с. ; 22. - (Секреты счастливой жизни) 1000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - Ф.5(1), Ф.1(1)

Аннотация: "Женщинам о мужчинах. Секреты счастливой жизни" расскажет вам о самом главном: о любви и взаимоотношениях между женщинами и мужчинами. Как правильно прятать от мужа новую пару туфель и устроить скандал из ничего? Что сделать, чтобы обратить на себя внимание каждого мужчины в ресторане? Где найти самого достойного и удержать его при себе? Олег Рой делится всеми секретами, благодаря которым любая женщина сможет почувствовать себя богиней.

88.3

Р65

Рой, Олег Юрьевич. Мужчинам о женщинах : [16+] / Олег Рой. - Москва : РИПОЛ классик, 2022. - 171, [2] с. ; 22. - (Секреты счастливой жизни) 1000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - Ф.5(1), Ф.1(1)

Аннотация: "Мужчинам о женщинах" - откровенный разговор, который приоткрывает завесу над мужской сущностью и раскрывает все их секреты. Почему мужчины не плачут (разве что по особым случаям)? Что мужчины ищут в женщинах? Кто для них важнее - мама или жена? Обо всем этом расскажет настоящий эксперт в области женской психологии Олег Рой.

88.3

Р65

Рой, Олег Юрьевич. 100 причин быть счастливой : [16+] / Олег Рой. - Москва : РИПОЛ классик, 2023. - 402, [2] с. ; 22. - (Секреты счастливой жизни). - Вар. загл. : Сто причин быть счастливой 1000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - Ф.5(1), Ф.1(1)

Аннотация: Много ли нужно для счастья? На самом деле совсем нет! В каждом дне, в каждой минуте можно найти какие-нибудь причины быть счастливой, главное - уметь их замечать. А если самостоятельно отыскать эти светлые лучики сложно, на помощь придет мастер психологии и самый настоящий счастливец Олег Рой, который подготовил для тебя сто причин быть счастливой.

88.3

С21

Сатья

Божественная женщина : [16+] / Сатья. - Москва : АСТ. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Книга 3 : Деньги и предназначение. - 2-е издание. - 2022. - 221, [1] с. : ил. ; 22. - (#Psychology#KnowHow) 5000

экз.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)**Аннотация:** Говорят, что женщина должна заслужить любовь и счастье! Сотни книг учат, как быть идеальной женой, мамой и хозяйкой. И только одна скажет - правду: божественная женщина - не та, которая удобна, а та, которая счастлива. Это книга знаменитого семейного психолога, философа, автора бестселлеров - Сатьи. Вы узнаете, как найти свое предназначение и никогда не испытывать материальных трудностей, какую деятельность выбрать, где брать энергию, как правильно сочетать семью и работу, как при этом сделать счастливыми мужа, детей и саму себя.

Детская психология

88.41

Б95

Быкова, Анна Александровна. Малыши "ленивой мамы" в детском саду : [16+] / Анна Быкова, педагог, психолог, автор серии бестселлеров ; иллюстрации @katyazzzmana. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 266 с. : ил. ; 21. - (#Ленивая мама) 10000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - ЗДЛ(1)

Аннотация: Новое дополненное издание бестселлера психолога и педагога Анны Быковой, автора популярной серии "Ленивая мама". Книга поможет родителям подготовить себя и ребенка к детскому саду – правильно и нежно, без тревог и лишнего стресса. Вы узнаете, как сделать адаптацию к садику максимально комфортной, справиться с проблемами аппетита и капризами, научиться дружить и разрешать конфликты. А также как мамам и папам избавиться от чувства вины, в чем может быть реальная причина постоянных простуд и почему малышам так важны ежедневные ритуалы. Благодаря профессиональным советам автора, ее бесценному опыту и разбору реальных историй из практики ваш ребенок будет с удовольствием ходить в детский сад!

88.41

В14

Вайсман, Розалинд. Королевы, сплетницы и изгои : как помочь дочери выжить в мире девочек : [18+] / Розалинд Вайсман ; перевод с английского А. Д. Сайфуллиной. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 490, [1] с. : табл. ; 22 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Быть родителем дочери-подростка очень непросто. Еще вчера она была ребенком, а сегодня хочет встречаться с мальчиками, ходить на вечеринки, сексуально одеваться и быть "взрослой". И при всем этом ей важно вписаться в социум и не превратиться в школьного изгоя. А еще гормоны непредсказуемо меняют психику и тело... Гремучая смесь! Книга Розалинд Вайсман, эксперт по психологии подростков, поможет вам найти общий язык с дочерью, уберечь ее от ошибок и поддержать на непростом этапе взросления.

88.41

Д13

Давлатов, Саидмурод Раджабович. Мой гениальный ребенок : как воспитать детей самостоятельными и успешными : [12+] / Саидмурод Давлатов. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 301 с. ; 22. - (Восточная философия богатства) 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Каждый родитель хочет видеть своего ребенка процветающим и финансово независимым. Но мало кто знает, что успех в карьере может быть заложен еще в детстве. Главное – правильно настроить мышление. Саидмурод Давлатов разработал авторский курс по воспитанию финансовых гениев. Дети, прошедшие его программу, уже к 27 годам зарабатывают миллионы и обретают абсолютную финансовую независимость.

88.41

Д29

Делахук, Мона. Психология детского поведения : как помочь ребенку справиться с эмоциональными проблемами : [16+] / Мона Делахук, лицензированный клинический психолог с более чем 30-летним опытом работы с детьми и их семьями ; перевод с английского А. А. Чечиной. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 333 с. ; 25. - **Пер.изд.** : Beyond behaviours / Delahooke, Mona 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Детское непослушание, истерики, агрессия, замкнутость и постоянные перепады настроения не всегда объясняются неправильным воспитанием, своенравным характером или избалованностью. Всемирно известный детский клинический психолог, доктор Мона Делахук уверена: такое поведение - это крик о помощи, который по-другому ребенок выразить пока не может. Доктор Делахук предлагает новый подход для решения детских поведенческих проблем, основанный на современных достижениях нейронауки и на базе психологических и физиологических особенностей каждого конкретного ребенка.

88.41

К51

Клэбо, Эрин. 3 ключевых навыка успешных детей : как развивать в ребенке эмпатию, креативность и самокон-

троль : [16+] / Эрин Клэбо ; перевод с английского К. Савельева. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 318, [1] с. : ил. ; 21. - (Baby boom! Лучшие книги для родителей) 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - ЗДЛ(1)

Аннотация: Эмпатия, креативность и самоконтроль. Три главных качества, определяющие личность ребенка, его успешное и счастливое будущее. Нейробиолог, мама четверых детей и автор этой книги Эрин Клэбо рассказывает, как развивать эти навыки с помощью игр всего за несколько минут в день, а также правильно мотивировать, справляться с капризами и истериками и воспитывать ответственных детей с высоким эмоциональным интеллектом. Ее рекомендации, простые и практичные, основаны на данных последних научных исследований и проверены личным опытом. Воспитание по принципам нейробиологии поможет по-новому взглянуть на привычные ситуации, а результаты превзойдут даже самые смелые ожидания родителей.

88.41

М59

Микер, Мэг. Мама и дочь : как помочь дочери вырасти настоящей женщиной : [16+] / Мэг Микер, автор супер-бестселлера "Мама и сын" ; перевод с английского О. А. Самиевой. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 331 с. ; 21. - (Baby boom! Лучшие книги для родителей). - **Пер.изд.** : Raising a strong daughter in a toxic culture / Meeker, Meg 5000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Воспитывать дочерей сейчас как никогда тяжело. Нездоровые образцы для подражания из соцсетей, сомнительные кумиры, пропаганда ранней сексуальной жизни - далеко не все ловушки, которые расставляет перед девочками современная культура. Мэг Микер, педиатр с 30-летним опытом, автор бестселлеров, мама и бабушка, делится знанием о том, как вырастить дочь здоровой и счастливой женщиной - и уберечь ее от бед и соблазнов. Она предлагает систему воспитания из 11 шагов, которая поможет родителям научиться лучше понимать свою дочь, наладить доверительные отношения и привить ей правильные ценности.

88.41

О-65

Оринстейн, Пегги. Золушка съела мою дочь : как объяснить дочери, что быть собой лучше, чем пытаться стать принцессой : [16+] / Пегги Оринстейн, американская журналистка ; перевод с английского Н. Ивкиной. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 297, [2] с. : ил. ; 21. - (Психологический бестселлер) 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.5(1)

Аннотация: Современные девочки живут среди атрибутов и образов гламурных принцесс, окружают себя розовым, пользуются косметикой, одеваются как взрослые, пытаются быть в центре внимания, придают большое значение красоте. Что здесь плохого? Ничего, если девочки прибегают ко всему этому, осознанно, ради самовыражения. Они сами могут выбирать, как выглядеть и во что играть. Вот только в мире, созданном взрослыми, грань между "можно" и "нужно" стирается слишком быстро. Пегги Оринстейн, известная журналистка, провела масштабное расследование, чтобы выяснить, как индустрия игрушек, кинематограф и конкурсы красоты влияют на маленьких девочек и что могут сделать родители, чтобы помочь дочери самовыражаться. Книга дополнена актуальными исследовательскими и статистическими данными, отражающими ситуацию в России.

88.41

Ф12

Фабер, Адель. Как говорить, чтобы подростки слушали, и как слушать, чтобы подростки говорили : [12+] / Адель Фабер, Элейн Мазлиш ; перевод с английского Д. Куликова. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 238, [1] с. : ил. ; 21. - (Мировые бестселлеры по воспитанию от Фабер и Мазлиш). - **Пер.изд.** : How to Talk so Teens Will Listen & Listen so Teens Will Talk / Faber, Adel, Mazlish 5000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: После невероятного успеха книги «Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили» обеспокоенные родители и учителя из разных стран стали присылать письма А. Фабер и Э. Мазлиш с просьбой написать аналогичную книгу про общение с подростками. В своей новой книге авторы показали, как используя свою знаменитую методику общения, найти контакт с детьми переходного возраста, построить с ними доверительные отношения, говорить на такие сложные темы, как секс, наркотики и вызывающий внешний вид, помочь им стать независимыми, брать ответственность за свои поступки и принимать взвешенные, разумные решения.

88.41

Ю92

Юуль, Еспер. Детская агрессия : что стоит за деструктивными эмоциями и как развивать в детях эмпатию : [16+] / Еспер Юуль ; перевод с английского Е. А. Кваши. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 215, [1] с. ; 21. - (Воспитание по-скандинавски. Бестселлеры Еспера Юуля). - **Пер.изд.** : Aggression: en naturlig del af livet / Juul, Jesper 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Агрессия недопустима в современном обществе, и особенно - среди детей! Однако подавление негативных эмоций - заведомо ложный путь, который приводит к психическим расстройствам и снижению самооценки. Еспер Юуль, всемирно известный семейный психолог, призывает разумно относиться к деструктивным - но абсолютно нормальным - чувствам и эмоциям. В своей книге он рассказывает, насколько важно снять запрет на агрессию и как справиться с ней правильно, через доверительное общение и развитие эмпатии. Из этой книги вы узнаете: как наладить контакт с ребенком за 5 шагов; почему дети становятся агрессивными; как развивать эмпатию и повышать самооценку ребенка.

Психология развития и возрастная психология

88.44

С50

Смит, Хайрам. 55+ : полезные советы для нескучной жизни на пенсии : [0+] / Хайрам Смит ; перевод с английского Ксении Артамоновой. - Москва : Альпина Паблицер, 2022. - 196, [1] с. ; 22. - **Пер.изд.** : Purposeful retirement / Hyrum Smith W. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Выход на пенсию всегда связан с большими переменами. Высвобождается много свободного времени, и не всегда понятно, чем его занять. Изменяется привычный круг общения, уровень дохода и отношение к жизни в целом. Как не заскучать без работы, не поддаться хандре и наполнить радостью каждый день заслуженного отдыха? Какие новые виды деятельности можно освоить? Как зарабатывать больше, если не устраивает размер пенсии? Как поддерживать себя в тонусе, заниматься здоровьем и оставаться в хорошем настроении? Как завязать новые знакомства, если есть потребность в активном общении? Мудрые советы Хайрама Смита, писателя, бизнесмена и пенсионера, не считающего себя таковым в классическом понимании этого слова, помогут вам сделать счастливыми себя и окружающих, смотреть в будущее с интересом и оптимизмом.

Социальная психология

88.57

А40

Акопян, Ирина Жораевна. Да, я мать! : книга-вдохновение для будущих и молодых мам : [16+] / Ирина Акопян. - Москва : Эксмо, 2018. - 220, [2] с., [15] л. цв. ил., портр. ; 21. - (Клуб молодых мам) 5000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - ЗДЛ(1)

Аннотация: Книга от Ирины и экспертов популярнейшего в сети Клуба Молодых Мам. Речь идет о материнстве нового поколения, когда декрет становится наилучшим моментом для реализации своих стремлений. Не нужно жить ради ребенка, нужно жить вместе с ребенком — развиваться, расти, быть счастливой! Активная, женственная, ухоженная бизнес-леди, внимательная мама — как совместить все роли и не сойти с ума.

88.57

Д53

Дмитриева, Виктория Дмитриевна. Большая книга счастливой семьи : семья, где все счастливы : [16+] / Вика Дмитриева ; художественное оформление А. Хозиной. - Москва : Эксмо, 2023. - 572, [1] с. : ил. ; 22 5000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - ЗДЛ(1)

Аннотация: Вика Дмитриева - основатель "Школы Адекватных Родителей", социолог, инстаграм-блогер и мама троих мальчиков. Это настоящая семейная энциклопедия на все случаи жизни, и что немаловажно - написанная с юмором. Книга собрана из 2х бестселлеров Вики Дмитриевой "Это же ребенок! Школа адекватных родителей" и "Это же любовь! Книга, которая помогает семьям", проданных совокупным тиражом 60 000 экземпляров. Книга будет наиболее полезна семейным парам с детьми дошкольного возраста - от трех до семи лет. Эта книга - спасение для семьи! Вика Дмитриева дает работающие психологические практики и множество примеров из жизни.

88.57

К73

Коулман, Джошуа. Родители и взрослые дети : как разрешить конфликты и восстановить отношения : [16+] / Джошуа Коулман, практикующий психолог ; перевод с английского С. Богданова. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 411, [1] с. ; 22. - (Практическая психотерапия). - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - ЦДБ(1), Ф.1(1)

Аннотация: "Что, если я никогда больше не увижу своего ребенка?", "Что, если мои внуки думают, что я их не люблю?", "Вспоминает ли мой сын о том прекрасном времени, которое мы проводили вместе?". Разрыв с собственным ребенком - одна из самых тяжелых невзгод, которая может выпасть на долю родителя. Особенно когда кажется, что все трудности позади, а повзрослевшее чадо должно понять и простить незначительные родительские промахи. Однако не все так просто и однозначно. Психолог Джошуа Коулман сам пережил от-

чуждение от собственной дочери. В книге обсуждаются распространенные причины отчуждения и подробно разбираются необходимые действия на пути к воссоединению с детьми. Из этой книги вы узнаете: Означает ли термин "жестокое обращение с детьми" одно и то же для сегодняшних взрослых детей и их родителей? Может ли развод навсегда вызвать разлад между родителями и их детьми? Как непримиримые различия в жизненных позициях могут разделить родителей и взрослых детей? Существуют ли решения для непрекращающегося отчуждения братьев и сестер? Если примирение невозможно, возможно ли жить полноценной жизнью без детей или внуков?

88.53

M60
Мильштейн, Дэн. Правило № 2 - нет никаких правил. Ты можешь все : 20 важных шагов к успеху в жизни и спорте : перевод с английского : 12+ / Дэн Мильштейн. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 384 с. ; 22. - (Спорт. Лучший мировой опыт). - Вариант заглавия : Ты можешь все 5000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Дэн Мильштейн - основатель международной компании Gold Star, один из самых известных спортивных агентов, представляющий интересы звездных хоккеистов НХЛ, владеющий футбольными клубами в Европе и Северной Америке. "Правило № 2 - нет никаких правил. Ты можешь всё. 20 важных шагов к успеху в жизни и спорте" - это пятая книга Мильштейна, а также вторая на русском языке после "Правило № 1 - никогда не быть № 2", которая стала бестселлером! Пройдя длинный путь от рядового сотрудника "Макдоналдса" до успешного агента НХЛ, Дэн накопил целый ряд полезных советов и жизненных историй для тех, кто находится в начале пути и не знает, как именно воплотить свои мечты в действительность. Эта книга научит вас правильно расставлять приоритеты, отбрасывать сомнения, не бояться поражений и вдохновит идти вперед, невзирая на любые преграды. Жизнь всегда будет ставить перед тобой, как может показаться, неразрешимые задачи, и на этом пути не обойтись без надежного проводника. Им и станет книга, которую ты держишь сейчас в руках.

88.57

P18
Райхерт, Майкл. Мальчики есть мальчики. Как помочь сыну стать настоящим мужчиной : путеводитель по воспитанию : [16+] / Майкл Райхерт ; перевод с английского А. Д. Сайфуллиной. - Москва : Эксмо, Бомбора™, 2019. - 373, [1] с. ; 21. - (Baby boom! Лучшие книги для родителей). - Вариант заглавия : Как помочь сыну стать настоящим мужчиной. - **Пер.изд.** : How to raise a boy / Reichert, Michael C. 5000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:2 - ЦДБ(1), ЗДЛ(1)

Аннотация: Что скрывается под маской дерзкого подростка, почему мальчики ведут себя вызывающе? Как миф о "настоящем мужчине" приводит к проблемам и каков "настоящий мужчина" на самом деле? Пора избавиться от вековых стереотипов! За последние два десятилетия нейробиология и психология заметно расширили наши знания о том, как мальчики думают и чувствуют. Книга Майкла Райхерта - это путеводитель по воспитанию целеустремленных и великодушных мужчин в новом сложном мире.

88.54

C18
Сандерсон, Кэтрин. Громкое молчание хороших людей : буллинг, троллинг, харассмент и другие поводы остаться в стороне : [16+] / Кэтрин Сандерсон, профессор естественных наук ; перевод с английского Е. В. Федоровой. - Москва : Эксмо, Бомбора™, 2021. - 311, [1] с. ; 21. - (Smart self help). - **Пер.изд.** : The appalling silence of the good people / Sanderson, Catherine A. 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Каждый день мы слышим о нарушении социальных норм: сексуальных домогательствах, коррупции, абьюзе. Слушаем и молчим. Почему хорошие люди так часто ничего не делают, когда, казалось бы, небольшое действие может привести к значительным переменам? Буллинг, троллинг, эмоциональное и физическое насилие - порой мы даже не знаем, как противостоять этому. Заманчиво обвинять злых людей, так мы снимаем ответственность с себя. Но наше бездействие позволяет злу процветать. На основании множества проведенных экспериментов социальный психолог-новатор Кэтрин Сандерсон объясняет, почему мы не всегда отстаиваем собственные ценности и идеалы, и показывает, как можно это изменить. "Громкое молчание хороших людей" - глубокое практическое руководство, чтобы стать лучшей и более смелой версией самих себя.

88.57

C21
Сатья
Божественная женщина : [16+] / Сатья. - Москва : АСТ. - Текст (визуальный) : непосредственный.
Книга 1 : Счастье, любовь, замужество. - 2-е издание. - 2022. - 284, [2] с. : ил. ; 22. - (#Psychology#KnowHow) 7000 экз.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Божественная женщина - кто она? Сотни книг учат, как быть идеальной женой, мамой и хозяйкой. И только одна скажет правду: божественная женщина - не та, которая удобна, а та, которая счастлива. Это книга знаменитого семейного психолога, философа, автора бестселлеров - Сатьи. Он дает советы, которые помогут вам избавиться от многих неправильных установок о роли женщины, поверить в себя, свою божественность, найти и выбрать достойного человека, создать крепкую семью.

88.57

С21

Сатья

Божественная женщина : [16+] / Сатья. - Москва : АСТ. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Книга 2 : Брак и дети. - 2-е издание. - 2022. - 253, [1] с. : ил. ; 22. - (#Psychology#KnowHow) 5000 экз.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Говорят, что женщина должна заслужить любовь и счастье! Сотни книг учат, как быть идеальной женой, мамой и хозяйкой. И только одна скажет правду: божественная женщина - не та, которая удобна, а та, которая счастлива. В этой книге Сатья дает советы, которые помогут вам избавиться от многих неправильных установок о роли женщины. Вы узнаете, как сохранить женственность в браке и быть вдохновительницей своего мужа; как добиваться от мужчины того, что вам хочется, не разрушая семью; как воспитать счастливых, умных и успешных детей.

88.50

С82

Стоун, Дуглас. Поговорим спокойно : как обсуждать невыносимо трудные темы : 16+ / Дуглас Стоун, Брюс Паттон, Шейла Хин ; перевод с английского В. Наумовой. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 411, [1] с. ; 21. - (Экология общения). - **Пер.изд.** : Difficult conversations: how to discuss what matters most / Stone, Douglas, Patton, Bruce M., Heen, Sheila 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Как повлиять на поведение начальника, если он придирается к вам по мелочам? Как поговорить с мужем об охладевших отношениях? Как объяснить ребенку, что покупка нового компьютера откладывается на неопределенный срок? Мы пытаемся избежать неудобных разговоров и даже хвалим себя за стойкость. Но мы теряем больше, если молчим и терпим. Эта книга, основанная на 15-летнем исследовании в Гарварде, поможет вам плодотворно общаться с разными людьми в разных ситуациях.

88.57

Ч-44

Чепмен, Гэри. Женаты и все еще влюблены. 9 способов сохранить интерес друг к другу : [16+] / Гэри Чепмен, Гарольд Майра ; перевод с английского А. Сайфуллиной. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2022. - 235, [1] с. ; 21. - Вариант заглавия : 9 способов сохранить интерес друг к другу. - **Пер.изд.** : Married and still loving it / Chapman, Gary, Harold 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Кто бы мог подумать, что с возрастом брак может становиться только лучше? Эксперт по семейным отношениям - Гэри Чепмен с 40-летним стажем в соавторстве с Гарольдом Майра написали книгу для тех, кому жизнь подарила лучший на свете подарок – долгую совместную жизнь. Впрочем, этот подарок – не всегда такая уж легкая история. Какая же она жизнь после пятидесяти, когда дети выросли и уже покинули свое гнездо. Когда достижения карьеры, кажется остались позади. А впереди – только спокойствие, от которого неумолимо веет скукой. Эта книга подскажет, как пронести интерес друг к другу сквозь года, вдохновит на совместные приключения и поможет вспомнить, что же это за чувство такое – влюбленность.

Медицинская психология

88.7

А46

Александров, Евгений Олегович. Психотерапия ПТСР у комбатантов : 16+ / Евгений Александров, Наталия Александрова. - Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2023. - 269, [1] с. ; 21. - (Психология для профессионалов) 1000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Книга посвящена одной из сложнейших проблем современной психотерапии - посттравматическому стрессовому расстройству. Рассматриваются вопросы этиологии, клиники, профилактики, терапии. В книге представлены авторские методы и техники, которые пригодятся в работе психолога. Книга предназначена для психотерапевтов, психологов, психиатров и всех интересующихся этой проблемой.

88.7

Б51

Бернхардт, Клаус. Депрессия и выгорание : как понять истинные причины плохого настроения и избавиться от

них : [16+] / Клаус Бернхардт ; перевод В. В. Черепанова. - Москва : Эксмо, Бомбора, 2023. - 317, [1] с. ; 21. - Вариант заглавия : Как понять истинные причины плохого настроения и избавиться от них. - **Пер.изд.** : Depression und Burnout loswerden / Bernhardt, Klaus 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный. Экземпляры: всего:1 - АБ(1)

Аннотация: Когда человек страдает от депрессии или выгорания, ему одиноко, он опустошен и испытывает упадок сил. Глубокая и, как кажется, беспричинная тоска, ощущение, будто человек уже не может справиться ни с кем и ни с чем, практически пожирает личность изнутри. Однако груз страданий давит не только на него самого, но и на его близких. Из-за дня в день они наблюдают, как их любимый человек стремительно теряет всяческий интерес к жизни и замыкается в себе. Поэтому данная книга предназначена не только для страдающих от депрессии, но и для всех тех, кто хочет помочь своим близким вернуться к нормальной жизни. Возможно, вам сейчас вам не верится, но вы способны сделать гораздо больше, чем можете себе представить!

88.7

Х36

Хеллоуэлл, Эдвард М. СДВГ 2. 0 : новые стратегии успешной жизни людей с синдромом дефицита внимания : [секрет твоих суперспособностей и неординарного мышления : 12+] / Эдвард М. Хеллоуэлл, Джон Дж. Рейти ; перевод с английского Хараз Мира ; научный редактор Анастасия Никифорова. - Москва : АСТ, Огиз, 2022. - 206, [1] с. ; 22. - (Личный доктор). - **Пер.изд.** : ADHD 2.0. New science and essential strategies for thriving with distraction - from childhood through adulthood / Hallowell, Edward M. 3000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный.

Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Синдрому дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) подвержены более пяти процентов населения, а на деле, скорее всего, даже больше. Многие знают кого-то с СДВГ: одноклассника, коллегу, партнера, близкого друга. Стоит отметить, что авторы книги не только врачи, но и сами живут с этим синдромом. СДВГ – страшная сила, приносящая боль миллионам людей. Но если ее обуздать, она разбудит в человеке таланты, которые нельзя ни освоить, ни купить. Часто она – источник творчества и креатива. Эта сила влечет за собой изобретательность и неординарное мышление. Она даже может стать настоящей суперспособностью для вас или вашего ребенка. Если действительно понять СДВГ и взять его под контроль, он может оказаться ключом к раскрытию вашего потенциала, превратиться в дорожку к успеху, который вам, может, и не снился.

ЛИТЕРАТУРА УНИВЕРСАЛЬНОГО СОДЕРЖАНИЯ

Справочные издания

92

В19

Василюк, Юлия Сергеевна. Лучший подарок девочке : [советы на все случаи жизни : для младшего и среднего школьного возраста : 0+] / Ю С. Василюк. - Москва : Эксмо, #эксмодетство, 2022. - 271, [1] с. : ил ; 24. - (Ох уж эти девчонки!). - (#эксмодетство) 4000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный. Экземпляры: всего:2 - Ф.5(1), ЗДЛ(1)

Аннотация: Огромное количество вопросов встает перед девочками в период взросления. И все они очень важны и имеют огромное значение для того, чтобы жизнь была проще и комфортнее. Как разобраться в этом многообразии возникающих проблем? Именно для того, чтобы помочь справиться со всеми трудностями, написана эта книга. В ней девочки-подростки найдут ответы на многие важные вопросы — как заботиться о здоровье, справляться с эмоциями, как вести себя правильно в разных ситуациях, как пользоваться косметикой, и даже о том, как сделать улетные фото, чтобы поразить друзей. Эта книга поможет девочкам не только лучше ориентироваться в быстро меняющейся действительности, но и обрести уверенность в себе.

92я2

Д33

Денисова, Екатерина Викторовна. Современная энциклопедия для девочек : [12+] / Катя Денисова, Марина Ментусова. - Москва : Эксмо, 2023. - 158, [1] с. : цв. ил. ; 25 2000 экз. - Текст (визуальный) : непосредственный. Экземпляры: всего:1 - Ф.1(1)

Аннотация: Книга, которую ты держишь в руках, — сокровищница ценных советов и секретов, которыми мы делимся только с самыми настоящими подругами! В этой книге лайфхаки, как сделать учебу интересной и понять, чего ты хочешь в жизни. Здесь мы без стеснений говорим о твоём теле, твоих правах и границах. Расскажем, как накопить деньги, построить счастливые отношения с подругами, родителями и парнем, но главное — с собой. Чтобы ты никогда не чувствовала себя наедине со своими проблемами и вопросами! Мы будем рядом.