

Психология

1. упр2021 88/Б915 аб

Бурмистрова, Екатерина Алексеевна.

Раздражительность : методика преодоления : [12+] / Екатерина Бурмистрова. - 5-е изд. - Москва : Никая, 2021. - 158 с. : ил. ; 21 см. - ISBN 978-5-907457-00-3 : 252 р.

[Перейти в каталоги](#)

2. упр2021 88/З.433 аб

Зверева, Нина Витальевна.

Тайм-менеджмент. Как все успеть? : [10-13 лет] / Нина Зверева, Светлана Иконникова ; нарисовала А. Белова. - Москва : Клевер-Медиа-Групп, 2021. - 153 с. : цв.ил. ; 22 см. - (Навыки будущего). - 2000 экз. - ISBN 978-5-00154-520-0 : 264 р.

[Перейти в каталоги](#)

3. упр2021 88/К246 аб

Карнеги, Дейл.

Как влиять на людей и выработать уверенность в себе, выступая публично : [12+] / Дейл Карнеги ; перевод Полищук В. - Москва : АСТ, 2021. - 254 с. : ил. ; 21 см. - (Общайся, как Карнеги!). - 4000 экз. - ISBN 978-5-17-120853-0. - ISBN 978-1684116829 (англ.) : 264 р.

[Перейти в каталоги](#)

4. упр2021 88/К775 аб

Крайнова, Ольга.

Замуж после 30 : [16+] / Ольга Крайнова. - Москва : Де'Либри, 2021. - 140, [1] с. : ил. ; 21 см. - 1000 экз. - ISBN 978-5-4491-0901-9 : 252 р.

[Перейти в каталоги](#)

5. упр2021 88/К834 аб

Кронгауз, Екатерина.

Я плохая мать? И 34 других вопроса, которые портят жизнь родителям : [16+] / Екатерина Кронгауз ; [предисловие Л. Петрановской]; иллюстрации Н. Тотибадзе. - Санкт-Петербург : Портал, 2021. - 300, [2] с. : ил. ; 21 см. - (Мама без драмы). - 4000 экз. - ISBN 978-5-907241-54-1 : 264 р.

[Перейти в каталоги](#)

6. упр2021 88/К903 аб

Кулмэн, Рэнди.

Остаться в игре : как пройти все уровни и не вылететь из жизни : пошаговая инструкция для подростков, которая поможет найти баланс между виртуальной и настоящей реальностями / Рэнди Кулмэн ; перевод с

английского Курьяновой И. - Санкт-Петербург : Весь, 2021. - 181, [11] с. : ил. ; 22 см. - Библиогр.: с. 180. - 600 экз. - ISBN 978-5-9573-3766-9 : 264 p.

[Перейти в каталоги](#)

7. упр2021 88/M158 аб

Маккеон, Грег.

Эссенциализм. Путь к простоте = Essentialism. The disciplined pursuit of less : [16+] / Грег Маккеон ; перевод с английского И. Айзятуловой. - 8-е изд., доп. - Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2021. - 253, [1] с. : ил. ; 25 см. - Библиогр. в примеч.: с. 229-240. - 2500 экз. - ISBN 978-5-00169-549-3 : 264 p.

[Перейти в каталоги](#)

8. упр2021 88/Ф121 аб

Фабер, Адель.

Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили : [16+] / Адель Фабер, Элейн Мазлиш ; перевод с английского А. Завельской. - Москва : Эксмо, 2021. - 330, [1] с. : ил. ; 21 см. - (Психология. Главные книги жизни). - 5000 экз. - ISBN 978-5-04-119550-2 : 264 p.

[Перейти в каталоги](#)

9. упр2021 88/Э771 аб

Эрикссон, Томас.

Кругом одни идиоты : если вам так кажется, возможно, вам не кажется : [16+] / Томас Эрикссон ; [перевод со шведского К. Е. Мурадян]. - Москва : Бомбора : Эксмо, 2021. - 332, [1] с. : ил. ; 22 см. - (Психология. Плюс 1 победа). - Указ.: с. 332-333. - 3000 экз. - ISBN 978-5-04-098904-1 : 264 p.

[Перейти в каталоги](#)

Медицина

10. упр2021 51.2/Г793 аб

Греггер, Майкл.

Не сдохни! На диете : [16+] / Майкл Греггер ; [перевела с английского В. Левицкая]. - Санкт-Петербург[и др.] : Питер : Прогресс книга, 2021. - 591 с. ; 24 см. - (New Med) (Бестселлер "New York Times"). - **Пер. изд.** : How not to diet / Michael Greger. - 4000 экз. - ISBN 978-5-4461-1736-9. - ISBN 978-1250199225 (англ.) : 264 p.

[Перейти в каталоги](#)

11. упр2021 51.2/E515 аб

Елисеева, Екатерина Валерьевна.

Одно лечит, другое калечит : польза и риски при приеме лекарств, о которых не расскажут в аптеке : [16+] / Екатерина Елисеева. - Москва : Бомбора : Эксмо, 2021. - 269, [1] с. ; 21 см. - (Куда катятся таблетки?)

Книги-инструкции для тех, кто хочет разобраться в мире лекарств). - Библиогр.: с. 255-266. - Алф. указ.: с. 268-270. - 3000 экз. - ISBN 978-5-04-112575-2 : 264 p.

[Перейти в каталоги](#)

12. упр2021 51.2/Л597 аб

Линхард, Ларс.

Настройка системы тело-мозг : [простые упражнения для активации блуждающего нерва против депрессии, стресса, болей в теле и проблем с пищеварением : 12+] / Ларс Линхард, Улла Шмид-Фетцер, Эрик Кобб ; [перевод с немецкого Д. С. Диденко]. - Москва : Эксмо, 2021. - 318 с. : ил. ; 25 см. - (Революционный тренд в медицине). - Библиогр.: с. 304-310. - Указ.: с. 311-318. - 3000 экз. - ISBN 978-5-04-116063-0 : 264 p.

[Перейти в каталоги](#)

13. упр2021 51.2/Ф333 аб

Федоров, Алексей.

Легко на сердце. Здоровая сердечная жизнь в любом возрасте : [18+] / Алексей Федоров. - Москва : АСТ, 2021. - 316, [1] с. : ил. ; 20 см. - (Честно о здоровье). - 2000 экз. - ISBN 978-5-17-137178-4 : 264 p.

[Перейти в каталоги](#)

14. упр2021 51.2/Ф793 аб

Форе, Розали де ла.

Дикie травы : как найти целебные продукты и создать собственные натуральные лекарства : [16+] / Розали де ла Форе, Эмили Хан ; [перевод с английского О. Ивенской]. - Москва : Хлеб-соль : Эксмо, 2021. - 401 с. : цв.ил. ; 25 см. - (Кулинария. Вилки против ножей). - Библиогр. в примеч.: с. 378-385. - Указ.: с. 389-397. - 3000 экз. - ISBN 978-5-04-104336-0 : 264 p.

[Перейти в каталоги](#)