

A shop - Seznam knih

Na aktuální dostupnost knih se dotazujte v recepci Acentra

Ceny knih se mohou měnit

NÁZEV	CENA	NAKLADATELSTVÍ	POPIS PRODUKTU
Aby porod nebolel	280,-	Vlas.nákl	Jde především o osobní příběh, na jehož počátku si autorka jako budoucí matka klade otázku: "Proč by měl porod bolet?" Nevšední otázka, za kterou následuje nevšední příběh ženy, maminky, matky. Publikace upozorňuje například na možnost psychosomatických vlivů při těhotenských, porodních a poporodních potížích či komplikacích, vliv předchozích generací na současné těhotenství, porod, kojení. Zmiňuje téma přirozené antikoncepce a nabízí etymologický výklad. V neposlední řadě připomíná, že těhotenství a porod není nemoc, ale přirozený fyziologický proces. Kniha si neklade za cíl předkládat jakýsi univerzální porodní návod, konkurovat práci a postupům porodníků, porodních asistentek, dul či jiným spřízněným profesím. Nenajdete v ní ani potravinová doporučení, fyzická cvičení...zkrátka to, co si můžete najít v knihách mnohých užasných autorek a autorů. Jejím smyslem je předat osobní zkušenost. Nabídnout poněkud jiný úhel pohledu. Představit těhotenství a porod jako práci na sobě. Jde především o osobní příběh, na jehož počátku si autorka jako budoucí matka klade otázku: "Proč by měl porod bolet?" Nevšední otázka, za kterou následuje nevšední příběh ženy, maminky, matky. Publikace upozorňuje například na možnost psychosomatických vlivů při těhotenských, porodních a poporodních potížích či komplikacích, vliv předchozích generací na současné těhotenství, porod, kojení. Zmiňuje téma přirozené antikoncepce a nabízí etymologický výklad. V neposlední řadě připomíná, že těhotenství a porod není nemoc, ale přirozený fyziologický proces. Kniha si neklade za cíl předkládat jakýsi univerzální porodní návod, konkurovat práci a postupům porodníků, porodních
Aktivní porod	298,-	Argo	Knižka, jejíž autorkou je zakladatelka Hnutí za aktivní porod a matka čtyř dětí, může být jedním z vašich průvodců přípravou k porodu. Poradí vám, jak se na tento důležitý úkon připravovat během těhotenství, jak se spojit se svým nejnaternějším já, jak objevit vnitřní sílu, která vám pomůže překonat těžké chvíle porodního procesu. Poradí vám, jak najít potřebný vnitřní klid a sebedůvěru, jak navázat pevný kontakt s miminkem před jeho narozením a jak tento kontakt upevnit po něm.
Aromaterapie pro léčení duše	259,-	Alternativa	Kniha předního britského aromaterapeuta zasvěcuje do umění, jak nastolit emocionální a mentální rovnováhu s pomocí esenciálních olejů. Vysvětluje esoterické a energetické vlastnosti čtyřiceti hlavních esenciálních olejů. Nabízí pomoc pro širokou škálu emočních, mentálních a spirituálních problémů naší doby. Určeno jak pro domácí, tak i profesionální praxi.
Atopický exém, astma	195,-	Calendula	Kniha je určena pro léčbu jak dětí, tak dospělých rozbor příčin, psychosomatické souvislosti možnosti léčby zevní ošetřování podstatná část je věnována léčbě výživou s vyloučením živočišných bílkovin mnoho receptů a zásad přípravy stravy (možnosti léčby pro děti i dospělé : ošetřování, výživa, recepty).
Bez plenky	298,-	Dharmagaia	Kniha odkrývá u nás téměř neznámou metodu přirozené komunikace s miminkem týkající se jeho vyměšování. Tato metoda tvoří součást tzv. přirozeného nebo kontaktního rodičovství (z angl. attachment parenting).
Bonding - porodní radost	338,-	Dharmagaia	Kniha vznikla jako rozmluva tří žen. Klinická psycholožka Michaela Mrowetz jako jedna z prvních u nás začala hovořit o tématice rané podpory bondingu. Ivana Antalová je zakladatelkou sdružení BabyKlokánci, podporující děti nemocné a předčasně narozené. Gauri Chrastilová, fejetonistka a spisovatelka, se dlouhodobě zajímá o normální porod a o vše, co souvisí s výchovou dětí. Autorky napsaly knihu, kterou by si samy rády přečetly, když prožívaly svoje první těhotenství. Knihu, která se otevřeně dotýká radostných i bolestných témat mateřství a rodičovství a odborně, ale přitom jednoduše a srozumitelně pojímá celou širokou škálu témat, propojených stěžejní myšlenkou nutnosti prosazení podpory rané vazby mezi matkou a dítětem jako běžné normy českého porodnictví.
Bouřlivá léta	298,-	Dharmagaia	Bouřlivá léta jsou časem dospívání, kdy kráčíš po cestě do dospělosti. Podle některých starých domorodých tradic jsou Bouřlivá léta životním obdobím, kdy je potřeba naslouchat silným pocitům, snům, touhám a cílům – pobouřovat a dokonce být neukázněni. Jsou to vzrušující léta, plná možností a tvořivé energie a jsou to zároveň i bolestivá léta, plná zmatků a sebepoznávání. Tato kniha ti může být na tvé cestě užitečným pomocníkem.
Bylinky pro děti a maminky	399,-	Grada	Knižka je určená pro všechny maminky, které chtějí používat dostupné přírodní prostředky pro zdraví své a svých dětí. Publikace je přehledná a především srozumitelná pro české maminky, zaměřuje se na využití fytotherapie a zdravé přírodní stravy v těhotenství, při kojení, v mateřství a pro děti. Vychází z lidových tradic, nabízí zdravé recepty a nápady na využití rostlin při tvoření s dětmi.
Byl jednou jeden svět, karty	490,-	Vodnáf	Soubor 37 karet určených především dětem, ale nejen jim, určených k poznání souvislostí. Zamysleme se nad některými obecnými zákonitostmi a pochopme je trochu jinak. Podívejme se na skutečný obsah věci a opusťme již vizi jedné jediné absolutní pravdy. Dovolme i našim dětem vidět i jiné možnosti než jsou naše vlastní a dovolme jim vytvořit si nadhled a vybrat si.
Cesta ženy k Bohu	298,-	Dharmagaia	Ženy tvoří nejpočetnější skupinu církevních odpadlíků v západní společnosti. Náboženské a rituální praktiky, jež vytvořili muži, mohou být pro ženy značně odtaziště, protože ženy se samy definují zpravidla skrze své vztahy k druhým tedy spíše jako součástí nějaké širší komunity či sítě než coby izolované lidské bytosti a mají proto také větší tendenci nalézat Boha uvnitř sebe, a nikoli jako něco, co existuje vně, či stranou jejich života.
Co dělá z chlapců muže	398,-	Dharmagaia	Kniha amerického transpersonálního psychologa se zabývá zásadním obratem v životě každého muže - a sice jeho přechodem z dětství do dospělosti.
Dětská nespavost	149,-	Práh	Co dělat, když vaše dítě nemůže spát Dotisk úspěšného titulu Kniha, jejíž metody si lze osvědčit za pouhou hodinu a která přináší výsledky v devadesáti šesti procentech případů. Proto se také stala evropským bestsellerem. Zábavným způsobem rodičům vysvětluje pravidla, která musejí dodržovat, aby úspěšně vyřešili problém spánku svých dětí.
Dobré sny pro planetu zemi	298,-	Fabula	Autorka cestou pohádek promlouvá k osvobozujícím silám dětství v lidských duších, kde spočívá jistá moudrost, která se nedá polapit do pojmů, ale vystupuje při oživujícím doteku těchto pohádkových obrazů. V těchto pohádkových obrazech, přibližuje vztah dětí k různým elementárním bytostem, skřítkům a vilám, jak se projevují v přírodním koloběhu a v každodenním životě dětí. Kniha je novým celobarevným rozšířeným vydáním jedné z neoblíbenější knihy našich dětí.
Domácí lékárníčka	45,-	Calendula	Jak sobě pomoci při poranění, nemoci, doma i na cestách" Brožurka malá rozsahem (aby vás mohla všude provázet), ale velká obsahem. Dozvíte se něco o přirozené léčbě nemocí, naučíte používat přes dvacet homeopatických léků. Seznámíte se s přirozenými, avšak méně známými postupy při léčbě běžných poranění a nemocí. Brožurka překvapí obsáhlým rejstříkem nemocí, poranění a prostředků na jejich léčbu, který vám usnadní výběr vhodného léčebného prostředku. Letos vyšlo 3. vydání doplněné o kapitoly "Léčba kojenců a batolat" a "Homeopatické léky pro daleké cestovatele"
Domácí průvodce po toxické galaxii	30,-		Brožurka malá rozsahem (aby vás mohla všude provázet), ale velká obsahem. Dozvíte se něco o přirozené léčbě nemocí, naučíte používat přes dvacet homeopatických léků. Seznámíte se s přirozenými, avšak méně známými postupy při léčbě běžných poranění a nemocí. Brožurka překvapí obsáhlým rejstříkem nemocí, poranění a prostředků na jejich léčbu, který vám usnadní výběr vhodného léčebného prostředku. Letos vyšlo 3. vydání doplněné o kapitoly "Léčba kojenců a batolat" a "Homeopatické léky pro daleké cestovatele"
Domácnost	198,-	Fabula	Role muže a ženy se stává posledních sto let stále méně samozřejmá. Měřítkem pro život se čím dál více stává lidská individualita, a všeobecné vlastnosti jako pohlaví nebo sociální postavení jsou méně rozhodující. To samo o sobě znamená dobrý vývoj. Jenže k tomu je také nutné nově si uvědomovat význam života muže nebo ženy. Těto otázky se žádný současný nevyhne a musí si na ni najít individuální odpověď
Éterné tělo ve výchově ...	260,-	Fabula	Tato inspirující kniha nám přibližuje svět éterných sil, který tvoří základ waldorfské pedagogiky. Rodičům a vychovatelům bude pomáhat vědomě vytvářet spojení mezi poznatky o tomto světě a každodenní práci zejména s malými dětmi. Přináší také praktické příklady a cvičení pro vlastní zkoumání, vycházející ze zkušeností v mnoha seminářích v Česku, na Slovensku a v Nizozemsku, poskytujíte návody, jak vyvíjet vlastní éterná těla jako pedagogický nástroj při péči o malé děti, a nabízí nové perspektivy pro vzdělávání učitelek a vychovatelek malých dětí.
Homeopatie a děti	169,-	Grada	Dopřejte svým dětem účinky jemné a setrné medicíny - homeopatie. Přehledný léčebný systém umožňuje domácí léčbu běžných a lehkých onemocnění u dětí všech věkových kategorií - od novorozenců až po školáky. Stručné tabulky léků, odborná doporučení a příklady z klinické praxe nabízejí vašim dětem účinnou pomoc i tam, kde byste to sami nečekali: v případě novorozenecké žloutenky, prořezávání prvních zoubků, komplikací po očkování, u běžných nachlazení, ale také u různých bolestí končetina hojení menších úrazů. Mnohde ani klasická medicína nenabídla dosud konkrétní lék. Knižku jistě ocení i studenti homeopatie a praktikující homeopati.
Hovory s porodní bábou	198,-	Argo	Kniha nabízí pohled na těhotenství a porod prostřednictvím rozhovoru se známou porodní asistentkou Ivanou Konigsmarkovou, která třicet let pomáhá přivést děti na svět.
Hypnoporod	268,-	Triton	Česká republika patří k zemím, kde se většina žen porodu bojí. Často nemají jiné přání, než ho mít rychle za sebou. To první, co většinu dnešních žen v souvislosti s porodem napadá, je vědomí rizika a hrůza z bolesti. Autorka neprosazuje hypnoporody za přítomnosti odborného hypnotizéra, nýbrž vede každou jednu ženu ke schopnosti autohypnózy. Nejde tu o nic víc než o nehlubší uvolnění, relaxaci, vnoření se do vlastního těla za současného odpojení racionálního vnímání, které umí spolehlivě zastavit jak orgasmus, tak spontánní porodní proces. Možná s autorkou nebudeme ve všem souhlasit, přesto připomíná podstatné. Těhotným a rodičům známá skrytá moudrost a síla jejich těl a těm, kdo o nastávající matky pečují, důležitost respektu a empatie.

NÁZEV	CENA	NAKLADATELSTVÍ	POPIS PRODUKTU
Chléb sám té neživí	148,-	Fabula	Jídlo je podobné procesu poznávání. Co jiného je poznání, než vstup skutečnosti, jež dosud není mnou do mého nitra? Vnímám-li nějakou věc, stávám se jí. Poznání je pokrm duše, a to je analogie k jídlu každodennímu. Tato knižka obsahuje nejrůznější <u>průpovědi a modlitby, často i spolu s hudebně-notovým zápisem nápěvu.</u>
Indiánská cesta	148,-	Dharmagaia	V minulosti žili původní Američané v harmonii s Matkou Zemí, Otcem Nebem a všemi živými bytostmi. Prostřednictvím příběhů, které vyprávěl dědeček Iron, medicínman Severních Arapahů, svým vnoučatům v předvečer každého úplňku, nám Indiánská cestaukazuje, jak i my ostatní můžeme žít v harmonii s okolním prostředím, které zahrnuje Zemi, rostliny, zvířata, naše rodiny i naše domovy.
Indigové děti	198,-	Fabula	Autor na základě své pedagogické praxe popisuje určité skupiny dětí se zvláštními vlastnostmi. Ve svých výzkumech i ve své praxi se opírá o poznatky R. Steinerja v souvislosti s waldorfskou pedagogikou. Kniha přispěje k objasnění zvláštních vlastností stá-le-vět-ší-ho-po-čtu dětí, ale též usnadní nahlédnutí do vel-ké-pro-mě-ný-lid-ské-ho vědomí, které právě pro-bí-há. Kniha po-mů-že i lidem, kteří se na-ro-di-li v 60. a 70. le-tech 20. sto-le-tí, aby již ne-by-li se svým ji-nak-utvá-ře-ným-du-chov-ním na-dá-ním osa-mo-ce-ný-mi bo-jov-ní-ky. Indigové děti zaznamenaly u čtenářů nečekaný úspěch.
Jak pečovat o zdraví dítěte ...	240,-	Malvern	Naučte se, jak /doma/ léčit a diagnostikovat: běžná nachlazení a chřipky, dětské nemoci, alergie apod. Kniha dále obsahuje kapitolu o tom, jak si vybrat správného pediatra, souhrn zásad používání prastarých léčebných prostředků, instrukce, jak poznat, kdy je třeba vyhledat lékaře a detailní informace, jak postupovat v případě úrazů.
Jak přežít s médii	238,-	Fabula	Televize, internet, mobilní telefony a další média vtrhla do našich životů a není pochyb o tom, že ovlivňují nejen naše komunikační chování. Velmi mnoho otázek se také vynojuje v souvislosti s jejich vlivem na naše děti. Jak můžeme jako rodiče a pedagogové čelit všudypřítomnosti médií v dětském životě? A jestliže na děti působíme svým vzorem, jak se my sami můžeme vymanit z přílišného vlivu médií? Jak se můžeme stát jejich svěprávnými uživateli? Na tyto otázky se snaží autor odpovědět v předkládané knize.
Jak rozvíjet dětskou spiritualitu	198,-	Dharmagaia	Největší dary, které může dítě dostat, jsou otevřená mysl, láskyplné srdce a tvůrčí nadšení. V knižce nalezneme 62 jednoduchých a lehcе srozumitelných úkolů, které naše děti podnítki k zamyšlení, umožní jim setkat se s mnoha různými duchovními principy a pomohou jim rozvinout empatii, důvěru, odpuštění a vnitřní klid. V úkolech, které jsou určeny pro děti různého věku, se používají běžně dostupné materiály.
Já řídím	170,-	Vodnář	Řídit auto je univerzální symbol! Řídit, či neřídit - to se nějakým způsobem týká každého z nás. Je to způsob, jakým se dostáváme za svým cílem. Je to způsob našeho pohybu životem.
Kalendář (Květa Kolouchová)	129,-	Kolouchová	Ručně malovaný, barevný diář s lunárními a slunečními událostmi roku 2011. Plánovací diář, kde každý měsíc má svoji barvu. Příruční, lehký a originální pomocník pro život v souladu s časem. Obohaceno o krátké texty k aktuálním úplňkům a novoluním v daném měsíci a též k astrologickému znamení, kterým slunce právě prochází. Snadno vyčtete fázi luny a znamení, v kterém se luna pohybuje.
Kde bydlí sluníčko	279,-		Půvabná knižka pohádek pro nejmenší děti od spisovatelky Jany Ruthové s ilustracemi Marie Brožové, plná krásy, něhy a útulného bezpečí domova. Kniha vhodná pro začínající čtenáře i pro čtení na dobrou noc, aby dětem přinesla kouzelné sny. Sourozenci Janinka a Jirka se v deseti příbězích osobně seznámí se sluníčkem, měsíčkem, hvězdičkami, bouřkou, větrem, mrazem, sněhem a dalšími bytostmi, které obývají nebeskou chaloupku uprostřed obláček, ale často se chodí podívat i na zem, kde vytvářejí počasí, pomáhají lidem a někdy tropí nepolechu. Vlivným a moudrým průvodcem při poznávání světa se dětem stává jejich babička.
Koncept kontinua	198,-	Dharmagaia	Autorka ve své světově proslulé knize odhaluje, proč jsou lidé žijící na Západě tak nespokojeni a často nešťastní. Po několika expedicích mezi jihoamerické indiány rozpoznala, že tyto pocity mohou pramenit z neuspokojených potřeb miminek a malých dětí, které se na Západě snažíme vychovávat podle všemožných teorií, jen ne podle vlastní intuice a evoluci vytvořených jednoduchých pravidel a očekávání.
Kořenové děti	230,-	Malvern	Čím to, že tato více než sto let stará obrázková knižka pro děti zůstává aktuální ještě dnes? Bezpochyby je to samotná představa dětí žijících v teplém bezpečí Země, hrajících si ve skryších a v jednotě s koloběhem ročních období. Kniha nás list za listem vede svými obrazy: člověk se zase cítí jako malé děčko schoulené v útulných tmavých kořenech. „Kořenové děti“ byly zčásti zjevem jiného, láskyplného a přirozenějšího dětského světa, který se tehdy otevřel – jak z pohledu dětské psychologie, tak z pohledu umění.
Kryštůfkovi andělé	145,-	Elemeiah	Kryštůfek, jako každý malý kluk se zajímá o to, jak přišel na svět a co se dělo před a po jeho narození. Formou povídání autora s chlapcem se Kryštůfkovi dostává odpovědi. Prolináním duchovního světa reprezentovaného anděly a fyzického (lékař, nemocnice...) se chlapec dovídá potřebné. Při čtení této knihy se prohlubuje vztah mezi rodičem a dítětem.
Láska	170,-	Vodnář	Nastal čas změny. Po přečtení této knihy už nikdy nebudete stejní! I kdybyste se snažili zapomenout, stejně vás "to" jednoho dne zase vyburcuje a znovu vás "to" bude nutit přemýšlet o svém životě.
Láska jako věda	196,-		Naše mužská část touží "to" všechno pochopit, poznat a dělat. Naše ženská část z celého srdce touží "to" všechno cítit, vymanit se z zdánlivého rozumu a prožít "to" sama na sobě. Je čas nastolit rovnováhu. Když tyto dva aspekty dáme konečně dohromady, pochopíme a budeme cítit - je tu LÁSKA. V každém okamžiku a v každém z nás. Můžeme se nechat vést...
Lidstvo na rozcestí	228,-	Fabula	Máme-li oči otevřené, můžeme všude v přírodě spatřit působení vědomí, resp. ducha. Kniha toto působení sleduje ve stavbách a v migraci zvířat, v chování sociálních druhů hmyzu, ale také ve vzniku tvarů rostlin, ve fungování organismu i v evoluci druhů. Ukazuje nesmírnou moudrost, jež řídí vztahy v každém organismu i v každém ekosystému, který je konečnou částí také organismem, včetně velkého ekosystému planety Země.
Malý Jeník	158,-	Fabula	Frederick van Eeden. Strhující příběh pro mládež i dospělé čtenáře o věčné pouti člověka za poznáním a za svým lidským posláním. Malý Jeník se seznamuje s elfem, který si říká Svlačový vil. Ten mu odhaluje všechny záhady přírody - vydávají se spolu do králičí nory na smuteční slavnost, noří se na dno jezera, poznávají život chroustů i mravenců. A vidí, jak bezohledně se lidé v lese chovají. Jeník se hluboce stydí, že je člověkem. V Jeníkovi však nepřestává hlodat otázka, proč je všechno právě tak, jak to je, na kterou mu jeho průvodce neumí dát odpověď.
Maminčino břicho	158,-	Dharmagaia	Pavlík a Štěpánka se od rodičů dozvědí velkou novinu: maminka je těhotná a bude mít miminko. Štěpánka je ještě malá, ale šestiletý Pavel má hodně otázek. Potřebuje třeba vědět, odkud se děti berou. Tato celobarevná ilustrovaná knižka to objasňuje srozumitelně a názorně. Vysvětluje také, proč mamince roste břicho a proč se kulatí. Přípravuje děti na příchod nového sourozence.
Máme doma miminko	178,-	Dharmagaia	Pavlík a Štěpánka mají doma čerstvou sestřičku. Maminka jí přikládá k prsu a kojí. Porodní asistentka Andrea odpovídá dětem na spoustu otázek a názorně jim vysvětluje, co miminko potřebuje, aby bylo šťastné a spokojené. Malý člověk totiž není jen kojeneček, ale i nošenec. Když je u maminky, má pocit jistoty a bezpečí a daleko lépe prospívá. Když je u maminky, je všechno tak, jak má být.
Masáže dětí a kojenců	159,-	Portál	Postup při masáži, masáže jednotlivých částí těla, masáže v těhotenství a masáže novorozence, masáže u nemocných dětí.
Matka Země	196,-	Rodiče	Názorné a přehledné uvedení do techniky masáží dětí a kojenců určené až už pro výukové kurzy, pro profesionální pracovníky i pro samotné rodiče. Po teoretickém uvedení do problematiky masáží (účinnost masáží u zdravých i nemocných dětí, význam doteku jako součásti komunikace s dítětem, souvislosti a aroma- a muzikoterapií...) tvoří jádro knihy vlastní technika masáže, jež je ilustrována na cca. 75 fotografiích, které zájemcům pomohou osvojit si vlastní postup.
Miminko ...	195,-	Calendula	V této knižce jsem shrnula ty nejdůležitější informace, které můžete o kojenu získat. "Měly byste zde najít odpovědi na většinu svých otázek při problematickém kojení, odstříkávání mléka či odstavování vašeho dítěte. Jsou zde též návody k léčbě nemocných prsů, něco o dětském pláči a výchově malíčkových."
Moje malá červená knižka	180,-	Pragma	Moje malá červená knižka je víc než sbírka příběhů. Je to výzva ke změně postoje, nabádání k novému pohledu na menstruaci. V době, kdy se zdá, že tabu kolem menstruace je jedním z mála, které zůstaly, kniha usnadňuje mluvení o obtížném tématu a pomáhá dívkám pocítovat místo rozpaků a hanby hrdost. Kniha odhaluje, jaký pocit máme, když prožíváme tuto zkušenost přímo, a poskytuje ženám příležitost vysvětlit jejich dojmy vlastními slovy, zaměřuje se tak na pomoc, zábavu a zahájení diskuse pro matky a dcery v jakémkoli prostředí. Je to kniha, kterou by měla mít každá dívka.
Moje peníze	170,-	Vodnář	Moje peníze... Zbavte se závislosti na penězích, nejlépe tím, že je prostě a jednoduše budete mít. Zbavte se té hloupé výmluvy „Nemám na to peníze“, kvůli které nemůžete jít za svým cílem, nemůžete se projevit a být šťastní. Peníze nejsou cílem, ale prostředkem. Peníze jsou vyjádřením naší vlastní ceny a naší účasti na dění světa. Peníze nad vámi nemají moc, pokud to nebudete chtít. Peníze jsou jen vaším zrcadlem a sčítají vaše záměry. Změňte proto své záměry! Máte tu moc! Buďte bohatí! Objevte svůj potenciál a naplňte své sny! Přijměte peníze do svého života a dovolte jim, ať pracují pro vás! Jste jedinečné a důležité bytosti, jste cenní a úžasní, dovolte si svobodně se vyjádřit

NÁZEV	CENA	NAKLADATELSTVÍ	POPIS PRODUKTU
Musica Humana	238,-	Fabula	Úvod do muzikoterapie která vychází z anthroposofie Rudolfa Steinera. Anthroposofickou muzikoterapii, předkládanou v této knize, můžeme uplatnit ve školství, v nemocnicích, v terapeutických zařízeních, v dětských domovech či v domovech pro seniory. Je vhodná i pro zdravé lidi, kteří vědomě hledají kompenzaci jednostranného života ve své povolání. Aktivní muzikoterapie uspořádá a obnoví jejich tělesné, duševní a duchovní síly. Hodí se i pro lidi, kteří se chtějí rozejít s chronickou nemocí nebo tendencí onemocnět tělesně či duševně povahy. Léčebná podstata hudby je důležitá pro ty akutní pacienty, kteří se stávají k ukončení svých potíží velmi pasivní.
Muž nebo žena	280,-	Vodnář	Muži a ženy jsou rovnocenní! Muži nikdy nepoznají svoje mužství, pokud se neseťkají se ženou, a ženy nebudou nikdy ženami jinak než skrze muže. Jeden bez druhého nemohou být. Žijeme v polaritním světě... Zdá se vám, že je lepší noc, nebo snad den? Je lepší Měsíc, nebo snad Slunce? Možná upřednostňujete bílou kočku, nebo snad černou? Přestaňte s tím! Spojte pohled muže a ženy a vytvoříte si celý obraz tohoto světa. Spojte se s Bohem! Spojte muže a ženu ve svých odlišnostech, přestaňte bojovat, začněte se projevovat, respektovat a spolupracovat.
Nastávající a kojící maminky ...	234,-	Calendula	Milé maminky! Pro Vás, které jste v radostném očekávání či miminko plánujete nebo se Vám již děťátko narodilo, je určeno vaření a rady, které najdete v této knížce. Pracuji od roku 1999 v poradně pro zdravý způsob života a čím dál častěji mě navštěvují ženy s otázkou, jak by se měly připravit na příchod dítěte. Vede je k tomu touha, aby jejich budoucí děťátko bylo v pořádku a také obava s rostoucího výskytu chronických onemocnění dětí jakými jsou např. ekzémy a alergie.
Naše děti, naše světy	348,-	Dharmagaia	Milé maminky! Pro Vás, které jste v radostném očekávání či miminko plánujete nebo se Vám již děťátko narodilo, je určeno vaření a rady, které najdete v této knížce. Pracuji od roku 1999 v poradně pro zdravý způsob života a čím dál častěji mě navštěvují ženy s otázkou, jak by se měly připravit na příchod dítěte. Vede je k tomu touha, aby jejich budoucí děťátko bylo v pořádku a také obava s rostoucího výskytu chronických onemocnění dětí jakými jsou např. ekzémy a alergie.
Naše malá Anička	158,-	Dharmagaia	Anotace ke sv. 3. Pavlík a Štěpánka mají novou sestřičku Aničku. Zamíchala celým rodinným životem. Pořád chce být kojená, často potřebuje přebalit, potom chce do šátku a spát chce v rodinné posteli. A jak Anička roste, začíná si taky hrát a lézt, rostou jí první zoubky a snaží se jíst u rodinného stolu. Aniččin první rok je pro celou rodinu velice napínavý.
Nenásilná komunikace		Portál	Většina z nás byla vychovávána k posuzování, soutěživosti, ke klázení požadavků a ke komunikaci s lidmi v termínech, co je „správné“ a co „špatné“. Komunikace v tomto smyslu často vede k nedorozuměním. Koncept NVC (Nonviolent Communication) – tedy koncept nenásilné komunikace – který rozvinul M. B. Rosenberg, představuje ucelený výcvik v komunikaci a je založen na naslouchání sobě i partnerovi, ochotě vnímat potřeby a pocity vlastní i druhého. Metoda NVC osvobozuje komunikaci od negativních zkušeností, pomáhá překonávat navyklé vzorce v jednání s druhými, napomáhá k řešení konfliktů a rozvíjí vztahy založené na úctě a kooperaci. Knihu ocení čtenáři se zájmem o téma efektivní komunikace, školitelé v oblasti komunikace, učitelé a vychovatelé.
Očkování pro a proti	399,-	Vlas.nákl	Příručka pro všechny rodiče, kteří chtějí být objektivně informováni nejenom o pozitivních očkování, ale také o jeho nežádoucích účincích. Obsáhle až vyčerpávající údaje, které známý německý lékař Martin Hirte během své dlouholeté praxe získal a dokládá je nezvratnými čísly lékařských výzkumů, se nedozvíte z reklam farmaceutických firem a patrně ani v ordinaci průměrného lékaře.
O velrybě ze Sedlčan	175,-	Vítková M.	V bohatě ilustrované knize "O velrybě ze Sedlčan", autorky Markéty Vítkové, se skrývá deset jímavých pohádkových příběhů ze Sedlčan a okolí. Každý pohádkový příběh je pevně spjat s prostředím, v němž se odehrává.
Pohádka o Tereze	190,-	Malvern	Potkáte se na přehradě s velrybou, svezete se časem potochným autobusem do minulosti, získáte kamarádku hvězdičku, naleznete kostru nového druhu dinosaura, kamenný viklan se pro vás promění v loď, naleznete kouzelnou hlinu, zatančíte si pod hradem s vilami, proměníte se v ještěrku, zachráníte včelku, která se vám odmění, a také naleznete zlaté korálky.
Polévky a kašičky pro nejmenší	196,-	Momčilová	Milé maminky! Když se mi před pár lety narodily mé holčičky a já jsem začala připravovat kojenecká jídla, zdála se mi doporučená strava příliš jednotvárná. A protože jsem měla zahradu plnou nejružnějších druhů ovoce a zeleniny a nějaký ten nápad, chtěla jsem zpestřit jejich jídelníček. Začala jsem skládat recept k receptu, a tak vznikla tato knížka, určená pro maminky nejmenších dětí.
Porod s doulou	279,-	OWP	Vše důležité pro osoby doprovázející při porodu, včetně kapitoly o úloze otce u porodu. Dozvíte se, proč žena potřebuje podporu a doprovod u porodu, jak snížit nepohodlí během porodu, jak navciřit relaxaci, vizualizaci a autohypnózu pro hladší průběh porodu, jak se školi duly, apod.
Porodní příběhy	299,-	Smart Press	Aperio – Společnost pro zdravé rodičovství připravilo unikátní knihu porodních příběhů. Ženy i muži vypovídají svůj jedinečný příběh o narození dítěte. Budete překvapeni, kolik se toho o přícházení na svět dozvíte.
Poznej svůj cíl	220,-	Vodnář	Knihy vypráví o životních souvislostech a upozorňuje na základní úkol každého člověka - projít se! Každý z vás je jedinečná a nádherná bytost, se svým jedinečným cílem. "Poznej svůj cíl" je základní motivace každé bytosti, je projevem se a poznáním sebe sama. Zajímáte-li se opravdu o svůj život, zkoumáte-li další souvislosti a máte-li stále chuť "vědět více", jste svým životem nadšeni a naplněni. Ponořte se proto i vy do knihy plných "neuvěřitelných" příběhů, náhod a souvislostí, neboť touha poznat a naplnit svůj životní cíl je základní motivací k životu. Nelíbí-li se vám váš život, změňte ho, jen vy máte tu moc...
Průvodce péči o děti od ...	198,-	Fabula	Knihy, která vznikla ze společné práce lékařů a zdravotních sester, nabízí anthroposofické podněty v péči o dítě do jednoho roku. Obsahuje různá témata, se kterými se rodiče dítěte setkávají během prvního roku jeho života. Po všeobecné části jsou vždy po periodách tři měsíce uváděny praktické rady.
Prvotní otisky	355,-	Maitrea	Smyslem této knihy není ještě více komplikovat již tak nelehkou situaci rodičů, ale osvětlit jim, které události prenatálního období vývoje dítěte a porodu na něj mohou mít vliv.
Příběhy skřítků Puka	138,-	Fabula	Příklad půvabného a velmi oblíbeného vyprávění o Skřítkovi Pukovi a jeho kamarádech, která si získala srdce mnohých dětských čtenářů zejména v Německu a ve Švýcarsku. Švýcarský spisovatel a pohádkář Jakob Streit jedinečnou a neopakovatelnou formou vypráví o tom, jak se skřítek Puk vydává na cestu do hlubin Země, aby získal od krále skřítků záračný svítivý kámen lásky a mohl jej potom přinést lidem, který ho moc potřebují. Vypráví o tom, jak prožije mnohá dobrodružství, navštíví krystalovou jeskyni a ohnivou jeskyni Matky Země a vydává se do říše lidí, aby jim přinesl záračný kámen lásky.
Příprava porodního plánu	59,-	Vlas.nákl	Běž dolů do půdy, ke kořenům. Tam teď do země proudí spousta životní síly, když nahoře usychají listy. Tu sílu si můžeš v zemi nasbírat na příští jaro, aby zase mohly vyrašit nové listy," řekl skřítkovi Kořínkovi stromový duch, když přišel podzim a ze stromů padalo listí. – Známy švýcarský pohádkář Jakob Streit vypráví, co krásného zažil skřítek Kořínek přes zimu, jak přišlo jaro a on pomáhal rostlinám růst, co se v přírodě dělo o svatojánské letní noci a jak se v hlubinách země potkal s hrozným drakem.
Puk a duha	148,-	Fabula	Běž dolů do půdy, ke kořenům. Tam teď do země proudí spousta životní síly, když nahoře usychají listy. Tu sílu si můžeš v zemi nasbírat na příští jaro, aby zase mohly vyrašit nové listy," řekl skřítkovi Kořínkovi stromový duch, když přišel podzim a ze stromů padalo listí. – Známy švýcarský pohádkář Jakob Streit vypráví, co krásného zažil skřítek Kořínek přes zimu, jak přišlo jaro a on pomáhal rostlinám růst, co se v přírodě dělo o svatojánské letní noci a jak se v hlubinách země potkal s hrozným drakem.
Radost ze zdravých dětí	349,-	Anag	Jedinečná kniha, která respektuje přírodní zákonitosti a jejich vliv na stravu a výchovu dětí. Určena všem, kteří si přejí dát svým dětem to nejlepší a využívat přitom zákonů přírody. Inspiraci v ní však nenaleznete pouze rodiče. Může být bohatým zdrojem poznatků pro každého, kdo se zajímá o to, jaký vliv má příroda na náš jídelníček, na náš zdravotní stav a celkovou pohodu. Nechybí v ní spousta receptů a správné způsoby zpracování potravin, které zohledňují nejen věk dítěte, ale i ostatní jeho ovlivňující náš zdravotní stav, např. roční období, denní doba či nemoci. Knihu doplňuje barevná příloha.
Respektovat a být respektován	320,-	Spirála	Výchova a vzdělávání dětí založené na uplatňování moci a síly jsou vyčerpávající a přitom málo účinné. Mají negativní dopady nejen na plnění každodenních oprávněných požadavků, ale také na sebeúctu, rozvoj osobnosti a vzájemné vztahy všech zúčastněných stran. Jsou v rozporu s požadavkem na bezpečné klima ve třídě a ve škole, které je základní psychosociální podmínkou efektivní výuky. Jsou v rozporu s požadavkem na rozvíjení klíčových kompetencí podle Rámcového vzdělávacího programu.
Rodili sme doma	195,-		
Rozkvétající žena	108,-	Dharmagaia	Divka Kora, přítelci se s delfinem, prochází vnitřními biologickými změnami za hluboké účasti moudrých žen. V době prvních měsíků přijímá duchovní poučení o posvátnosti ženství.
Rudý měsíc	258,-	Dharmagaia	Pro naše předky byl menstruační cyklus zdrojem nesmírně tvůrčích, spirituálních, sexuálních, emočních a fyzických energií. Byl darem, který ženám každý měsíc dodával sílu k regeneraci, k působení na okolní svět, k propojení se se zemí a s rodinou a k projevoování hlubinné moudrosti a inspirace. S tímto dávným ženským učinením se můžeme ještě dnes setkávat v naší mytologii a pohádkách.
Skřítek Kořínek	190,-	Fabula	Běž dolů do půdy, ke kořenům. Tam teď do země proudí spousta životní síly, když nahoře usychají listy. Tu sílu si můžeš v zemi nasbírat na příští jaro, aby zase mohly vyrašit nové listy," řekl skřítkovi Kořínkovi stromový duch, když přišel podzim a ze stromů padalo listí. – Známy švýcarský pohádkář Jakob Streit vypráví, co krásného zažil skřítek Kořínek přes zimu, jak přišlo jaro a on pomáhal rostlinám růst, co se v přírodě dělo o svatojánské letní noci a jak se v hlubinách země potkal s hrozným drakem.
Skřítkové a vily	290,-	Fabula	Jakob Streit – Další pokračování oblíbených příběhů skřítků Puka a jeho kamarádů, tentokrát o jejich putování v říši lidí. Jakob Streit vypráví, jaké to je, když vše vidíme poprvé: staré lidi, zamilované, školku, školu, pekárnu, obchodní dům, cirkus, operu, nebo zažijeme jízdu autobusem nebo parníkem. Ale skřítkové vidí více než lidé! Dozvíte se, kde oči skřítků vidí jemnou duhu a jak tomu, kdo trpí, Puk pomůže dotekem svého záračného svítícího kamene.

NÁZEV	CENA	NAKLADATELSTVÍ	POPIS PRODUKTU
Slastná nevědomost o Bisfenolu A	60,-	Arnika	Přístupnou formou napsaná studie s názvem Slastná nevědomost o bisfenolu A autorů Davida Azoulay a Dr. Rye Senjena pojednává o nebezpečné chemické látce přidávané do předmětů, s nimiž se denně setkáváme - bisfenolu A. Tato látka je podezřelá z řady závažných vlivů na lidské zdraví, mimo jiné například podílů na rozvoji rakoviny prsu. Můžeme se s ní setkat mimo jiné například v plastových kojeneckých lahvičkách.
Slyz po porodu	273,-	OWP	Zamyšlení nad příčinami poporodní deprese, která ohrožuje stále větší počet matek. Neřekáné souvislosti mezi způsobem porodu a vývojem vztahu k dítěti. O úloze hormonů při porodu a po něm. O osamělosti moderních matek a nesplněných očekáváních.
Souvislosti	150,-	Vodnář	Souvislosti... Jak těžké je pro nás někdy přijmout, že věci se dějí tak, jak se dějí... Jenže ve všem jsou právě souvislosti. Život každého z nás je jen příčina a následek protlačeny cedníkem univerzálních zákonitostí. Nezdružujte se tím, že nechcete přijmout to, co se vám „děje“. Vše má prostě důvod. Vše jsou jen reakce na vaše akce. Každá vaše myšlenka se ve vašem životě zhmotní, každá vaše myšlenka se projeví. Všechny věci mají svůj řád. Poznejte souvislosti, využijte je ve svém životě, důvěřujte. Nebojte se čar a kouzel. Nebojte se záhad. Poznejte souvislosti a stanete se tím největším kouzelníkem, kouzelníkem souvislosti, kouzelníkem a pánem svého života... Tato kniha je již autorčina třetí v pořadí a má všechny předpoklady se stát tak úspěšným titulem jako obě předchozí.
Spratek	220,-	Vodnář	Láska je nade vším. Je všude a v každém! Je to přirozený a normální stav. Stojí za to pracovat na sobě, abychom ji pocítili... Je v každém z nás! Pokud se pro to ale rozhodneme. Pokud se ale nerozhodneme, pak je za tím jedině a jedině SPRATEK! Je také v každém z nás! Inu, vyberte si... Ta nezkrtná touha našeho ega mít věci podle sebe, i ty, co nejdu, nutí nás ničít sebe samé a následně i druhé. Nejde nám o věci jako takové, ale o nekonečnou a ničím neukojitelnou touhu mít pravdu.
Strava a vědomí	248,-	Dharmagaia	V knize Strava a vědomí jsou popsány možnosti, jak vhodně volenou přírodní stravu ulehčit tělu a harmonizovat své duševní stavy, což napomáhá lépe odolávat nepříznivým vlivům prostředí a udržovat si tělesné, psychické i emocionální zdraví. Tyto přínosy jsou cenné zvláště na osobní duchovní cestě — jak na cestě pročišťování charakteru, tak i na cestě zulesňování srdce.
Svatý Mikuláš	138,-	Fabula	Známy švýcarský pohádkář vypráví příběh o prvním svatém Mikuláš, který skutečně žil. (Příběhy o darech a pomoci svatého Mikuláše)
Světýlka		Vlas.nákl	
Svoboda a hranice, láska a respekt	248,-	Dharmagaia	Mnoho rodičů se snaží o respektující výchovu. S vymezením hranic ve výchově dětí si je však jist málokdo. Často se pohybujeme mezi dvěma extrémy – buď dětem nastavíme hranice příliš omezující, nebo naopak až příliš široké. Děti však ke svému správnému vývoji potřebují takové hranice, mezi nimiž se budou cítit jako doma, aby se mohly rozvíjet podle své vnitřní motivace a zralosti.
Tajemství výrobců potravin	140,-	Sýrový Vít	Odkryjme tajemství výrobců potravin a podívejme se na to, jaké látky se v moderní průmyslové produkci běžně užívají. Co dnes ve skutečnosti obsahují průmyslově vyráběné potraviny? Moderní "civilizovaná" strava musí být v první řadě upravena co nejuvhodněji pro trh... Příručka zákaznika, kterému není lhostejné, co všechno přijme společně se svou stravou.
Tajemství Zlaté uličky	190,-	Fabula	Janka a Michal, děti z Vinohradské ulice, se vypraví na dobrodružnou výpravu do Zlaté uličky. Vlastně se chtějí jen poohlédnout po novém bytu pro maminku a paní Malou, ale potkají tajemného alchymistu, apak už je čeká jedno dobrodružství za druhým. Dostanou se mezi veselé skřítky Sandalety, zbaví je hrozného nebezpečí, porazí obrovskou zmiji Nagašu a její válečnice, osvobodí mechové gnómy a šťastně vyvážnou i z chladné říše hraběte Arimana. Napínavý příběh plný humoru je určen pro děti od 9 let, ale s chutí a se zatajeným dechem si ho přečtou i dospělější čtenáři.
Tvoje dítě jako šance pro tebe	280,-	Vodnář	Tvoje dítě je konečně na světě... Jaká událost. Jako by svět byl najednou jiný, než byl dosud, čekáš snad zárazk, čekáš, že se stane NĚCO... Máš dítě... Vše je nové a výjimečné. To nádherné a malé tělíčko, vyžadující zvláštní péči, obsluhuješ zpočátku s velkou úctou a ostychem. Pomalu si zvykáš na ten nový a zvláštní pocit jeho blízkosti. Slavnostní pocit pomalinku odchází. Již ho vnímáš jen občas, neboť nové se stává běžným. A teď je ta chvíle, kdy pochop, že tvoje dítě je totiž šance pro tebe! Šance dozvědět se o sobě všechno, šance pohnout se ve svém životě dál, šance poznat se a pochopit.
Týden má sedm dní	280,-	Kotková M.	Je konečně na světě... Jaká událost. Jako by svět byl najednou jiný, než byl dosud, čekáš snad zárazk, čekáš, že se stane NĚCO... Máš dítě... Vše je nové a výjimečné. To nádherné a malé tělíčko, vyžadující zvláštní péči, obsluhuješ zpočátku s velkou úctou a ostychem. Pomalu si zvykáš na ten nový a zvláštní pocit jeho blízkosti. Slavnostní pocit pomalinku odchází. Již ho vnímáš jen občas, neboť nové se stává běžným. A teď je ta chvíle, kdy pochop, že tvoje dítě je totiž šance pro tebe! Šance dozvědět se o sobě všechno, šance pohnout se ve svém životě dál, šance poznat se a pochopit.
Učit se žít s dětmi	248,-	Dharmagaia	Je konečně na světě... Jaká událost. Jako by svět byl najednou jiný, než byl dosud, čekáš snad zárazk, čekáš, že se stane NĚCO... Máš dítě... Vše je nové a výjimečné. To nádherné a malé tělíčko, vyžadující zvláštní péči, obsluhuješ zpočátku s velkou úctou a ostychem. Pomalu si zvykáš na ten nový a zvláštní pocit jeho blízkosti. Slavnostní pocit pomalinku odchází. Již ho vnímáš jen občas, neboť nové se stává běžným. A teď je ta chvíle, kdy pochop, že tvoje dítě je totiž šance pro tebe! Šance dozvědět se o sobě všechno, šance pohnout se ve svém životě dál, šance poznat se a pochopit.
Vánoční zpěv andělů	168,-	Fabula	Knihy vánočních pohádek, příběhů a zamyšlení vám přiblíží atmosféru tajemství vánoční pohody. Do knihy jsme zařadili pohádky a legendy, podávající v nádherných obrazech vánoční událost, a také přednášky Rudolfa Steinera, jenž nám přiblížil poznání starých mýstérií.
Věnečky	70,-	Vlas.nákl	
Věnečky III. řada	80,-	Vlas.nákl	
Voňavá lékárna	637,-	OWP	Světověznámá britská aromaterapeutka seznamuje s aromaterapií a jak jí využít každý den v různých oblastech života (v péči o děti, dospělě, domácí mazlíčky, v kuchyni, v domácnosti atp.). Světový bestseller, který poprvé vyšel roku 1990 a od té doby se dočkal mnoha vydání. Kniha obsahuje 600 receptů.
Vůně života	297,-	OWP	Knihy v první části nabízí základní informace o průběhu těhotenství a porodu, popis běžných potíží v tomto období a osvědčené recepty na jejich zvládnutí pomocí éterických olejů, popisuje těhotenskou a dětskou masáž (+ fotografický průvodce v příloze).
Výchova a zdraví našich dětí	218,-	Fabula	Druhá část je věnována obecným informacím o aromaterapii a způsobech použití éterických olejů. Třetí část popisuje vybrané éterické a nosné oleje a seznam vhodných a nevhodných éterických olejů pro období těhotenství.
Vychováváme děti a rosteme s nimi	269,-	Práh	Od neshod a kárání ke svobodě, rozvoji a radosti Kniha respektované americké terapeutky a rodinné poradkyně představuje ucelený koncept výchovy, kde nedominuje ani rodič ani dítě a namísto mentorování, ovládnání a manipulace je s dítětem zacházeno s úctou a respektem. Nejen teoreticky, ale i na mnoha příkladech z praxe zjistíme, že svým dětem můžeme důvěřovat a bezpodmínečně je milovat
Vývojové fáze dítěte	150,-	Baltazar	Knihy Vývojové fáze dítěte čerpá z dlouholetých zkušeností dětského lékaře
Zázrak porodu	479,-	OWP	Zapomenutý duchovní aspekt porodu nám připomíná ve své knize americká guru porodních asistentek Ina May Gaskin. Inspirující porodní příběhy, rady pro rodiče o těhotenství a o přípravě k porodu, podrobný popis vedení porodu pro porodní asistentky. Klasický titul pro všechny zájemce, kteří pohlížejí na porod jako na výjimečnou událost v životě rodiny, událost, která vyžaduje citlivý přístup k jedinečnosti každé ženy a její situace.
Zdravé těhotenství, přiroz. porod	499,-	OWP	Oblíbený průvodce těhotenství, porodem, šestinedělím a kojením pro všechny zájemce o přirozený porod. Autorka, zkušená porodní asistentka, vyškolená klasická homeopatka a aromaterapeutka, ve své praxi využívá pro běžné zdravotní potíže, nebo jako úlevovou metodu přírodní prostředky z oblasti homeopatie, aromaterapie a fytotherapie.
Zdraví pro ženu a dítě ...	290,-	Calendula	Milé maminky! Když jsem začala pracovat ve své poradně o zdravém způsobu života a zároveň mi vyšla knižka "Polévky a kašičky pro nejmenší", obracely se na mě těhotné a kojící maminky s prosbou o radu. Jak řešit časté problémy při kojení, jak poznat, zda mají dost mléka, co všechno udělat pro to, aby mohly své dítě plně kojit. Jak mají jíst, aby byly v pořádku ony i jejich dítě. Jak mohou samy pečovat a své dítě, o jeho tělo, jeho zdraví.
Znovuzrozený porod	198,-	Argo	Když jsem začala pracovat ve své poradně o zdravém způsobu života a zároveň mi vyšla knižka "Polévky a kašičky pro nejmenší", obracely se na mě těhotné a kojící maminky s prosbou o radu. Jak řešit časté problémy při kojení, jak poznat, zda mají dost mléka, co všechno udělat pro to, aby mohly své dítě plně kojit. Jak mají jíst, aby byly v pořádku ony i jejich dítě. Jak mohou samy pečovat a své dítě, o jeho tělo, jeho zdraví.