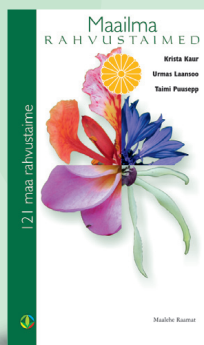




## Toimetulek kõrge vererõhuga

Sarah Brewer  
Tõlkinud Ivi Smidt  
180 lk, pk

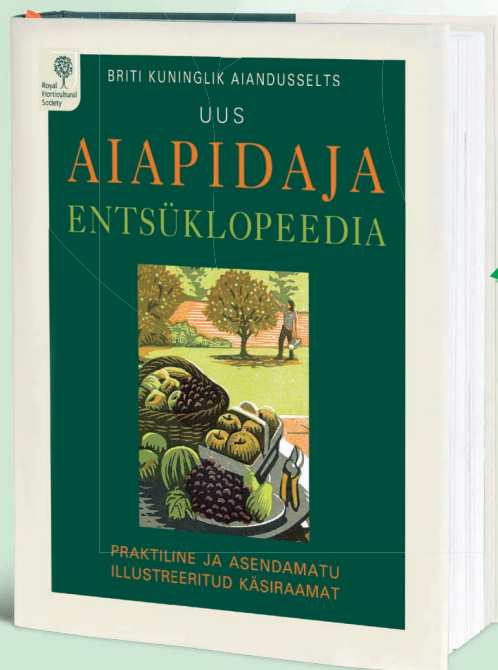
Inglismaal ülipopulaarne ja väga nõutud põhjalik täiendava ravi kava kõrgerõhuga ravi toetamiseks. Dr Sarah Brewer on arvukate rahvusvaheliselt tunnustatud meditsiinarimate autor. Siin pakub ta välja 3 eri intensiivsusega raviprogrammi, mis sõltuvad vanusest, elustiilist ja vormisolekust ning põhinevad sellel, et lisaks ravimitele aitab vererõhku langetada ka elustiili muutmine. Praktilised nõuanded aitavad teil oma vererõhku ohutu normi piires hoida.



## Maailma rahvustaimed

Krista Kaur, Urmas Laansoo,  
Taimi Puusepp  
312 lk, kk

Kas teadsid, millise maa rahvustaimel on tuvikapp ja rahvuspuu haisupuu? Millise maa rahvuspuu on suksupuu, tuntud ka kui elevantkõrvapuu, kuradikõrv ja ahvi seep? Vastused leiad Tallinna Botaanikaia teadurite koostatud raamatust, mis tutvustab 121 maa rahvustaimet. Rahvustaimede hulka kuulub hästi tuntud taimi, aga ka väga eksootilisi liike, kellest mõnel puudub isegi eestikeelne nimetus või on selle saanud raamatu kirjutamise käigus.



## Uus aiapidaja entsüklopeedia

Praktiline ja asendamatu illustreeritud käsiraamat  
Briti Kuninglik Aiandusselts  
Tõlkinud Jaan Mettik  
480 lk, suureformaadiline raamat

Toetudes Briti Kuningliku Aiandusseltsi rikkalikele kogemustele, ühendab "Aiapidaja entsüklopeedia" nii traditsioonilisi kui ka uusimaid aianduslikke töövõtteid. Tulemuseks on ajakohane suhtumine, kus puu- ja köögiviljade ning maitsetaimede kasvatamine pole möödunud moehullus, vaid 21. sajandi aiapidajale iseloomulik mõtteviis.

Tänu lihtsale tekstile ja enam kui kahele tuhandele kaunile ja praktilisele pildile leiab siit asjakohast teavet ja innustust iga taseme aednik.

Teemade valik on lai. Alates ilu- ja tarbeaiataimede kasvatamisest avarmaal või kasvuhoones kuni veesilma rajamiseni, paljundusviisidest kuni lõikamistehnikate ning taimehaiguste ja -kahjurite tõrjeni.

See entsüklopeedia on aiandusraamatute nurgakivi – usaldusväärne teos, mis peaks leiduma iga aiapidaja raamatukogus ja püsima seal ka tulevaste põlvkondade tarbeks.



## 50 viisi kodu ja aia rohelisemaks majandamiseks

Siân Berry  
Tõlkinud Reet Grosberg  
128 lk, pk

Humoorikate piltidega raamatukeses on 50 lihtsat, odavat ja loomingulist nippi, mis aitavad teil säästa aega ja raha ning samuti elu meie planeedil. Siit leiad näiteks soovitusi, kuidas vabastada end energiavampiiridest, kuidas teha rohelisemalt remonti, viljeleda maheaiandust ja kuidas teha komposti.



## 50 viisi vee ja energia säästmiseks

Siân Berry  
Tõlkinud Mari Vihuri  
128 lk, pk

Sellest taskuraamatust leiad nippe, kuidas mõistlikult ja mugavustest loobumata kokku hoida. Nii kulutame vähem vee- ja elektrivetele ning oleme keskkonnasõbralikumad. Raamat näitab teile väikseid muutusi, mis annavad kokku suure muutuse, et võiksite elada rohelisemalt linnas ja keskkonnateadlikumalt maal.

**UUS!**

Telli raamat juba täna!

Entsüklopeedia jõuab müügile oktoobris 2009. Ettetellimine kestab septembri lõpuni.

ETTETELLIMISHIND  
**450.-**  
Tavahind 550.-

## Hea raamatusõber!

Maalehe Raamatul on teile taas palju häid pakkumisi. Sel korral keskendume suvisele ajaviitele ja tervislikele retseptidele, lugemist peaks leiduma igale maitsele.

Tellida on endiselt lihtne: helista telefonil 617 7717 või telli Internetist [www.mlraamat.ee](http://www.mlraamat.ee). Postikulu hinnale ei lisata.

Ilusat päikesepaistelist suve koos raamatutega!

MAALEHE RAAMAT