

SOODUSPAKKUMISED *september 2025 (nr 297)*

TELLIMINE

- www.ersen.ee (kodulehelt)
- telefoni teel helistades 53 924 601 (esmaspäevast neljapäevani kl 9.00–11.00)
- e-postiga: rkaup@ersen.ee
- tavapostiga: **Eram Books OÜ**, Tartu mnt 84a–111, 10112 Tallinn

KÄTTETOIMETAMINE

SmartPosti pakiautomaat. Teenuse hind 2,70 €

Pärast raha laekumist saadame paki teie poolt valitud pakiautomaati. Kui pakk on kohal, saate uksekoodi SMS-teatega. Pakki hoitakse pakiautomaadis 7 kalendripäeva.

Omniva pakiautomaat. Teenuse hind 2,75 €

Pärast raha laekumist saadame paki teie poolt valitud pakiautomaati. Kui pakk on kohal, saate uksekoodi SMS-teatega. Pakki hoitakse pakiautomaadis 7 kalendripäeva.

DPD pakiautomaat. Teenuse hind 2,85 €

Pärast raha laekumist saadame paki teie poolt valitud pakiautomaati. Kui pakk on kohal, saate

uksekoodi SMS-teatega. Pakki hoitakse pakiautomaadis 7 kalendripäeva.

Postkontor. Teenuse hind 4,99 €

Pärast raha laekumist saadame paki teie valitud postkontorisse. Kui pakk on kohal, saate SMS-teate postiasutuse asukoha, lahtioleku aja, kontakti ja paki hoiutähtaja kohta.

Kuller. Teenuse hind 5,99 €

Pärast tasutud arve laekumist saadame raamatud teiega kokkulepitud aadressil.

Soodushinnad kehtivad 1. septembrist kuni 30. septembrini 2025, kuni kaup jätkub.

Maksimaalne lubatud kogus igat soodushinnaga raamatut ühes tellimuses: 5 tk. Suurema koguse puhul võtke ühendust e-posti teel: hulgi@ersen.ee postitarne ja -kulu täpsustamise osas.

Kõik hinnad sisaldavad käibemaksu.

Tellimistingimusi vaata www.ersen.ee

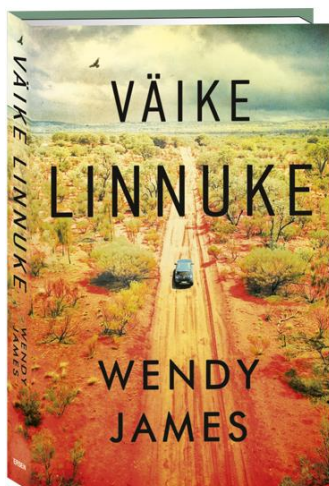
OÜ ERAM BOOKS

telefon: 53 924 601

(esmaspäevast neljapäevani kl 9.00–11.00)

e-post: rkaup@ersen.ee

ersen.ee



312 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

Tavahind: 30,00 €

Soodushind:
6,99 €

Väike linnuke

Wendy James

Väiksed linnad peidavad suuri saladusi

Põgenedes halvast suhtest, suundub ajakirjanik Jo Sharpe koju Arthurville'i, põuast räsitud linna, millele ta aastaid tagasi selja pööras. Kuigi mõned asjad on muutunud – Jo suhe haige ja tujuka isaga, uus töökoht kogukonna ajalehe juures –, äratav tagasitulek temas leina ja ebakindluse, mis teda pärast ema ja väikese õe mõistatuslikku kadumist lapsepõlves saatsid.

Siiski pakub tagasitulek Arthurville'i ka ootamatuid positiivseid üllatusi, kui Jo kohtub oma vanade sõpradega ja leiab mõned uued. Aga Jo ei ole loobunud otsimast vastuseid ammusele saladuslikule kadumisoole. Ja mida rohkem ta uurib, seda rohkem hakkab tõde päevavalgele tulema ja see ulatub palju kaugemale kui vaid tema ema ja õe kadumine.

Vastuste leidmiseks on Jo nõus kaevuma nii sügavale kui vaja. Aga ei lähe kaua, kui Jo mõistab, et on keegi, kellele ei meeldi, et ta minevikus tuhnib, ja see keegi on valmis kõigeks, et vaigistada väike linnuke enne, kui ta tõde kuulutada jõuab.



304 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

Tavahind: 28,75 €

Soodushind:
6,99 €

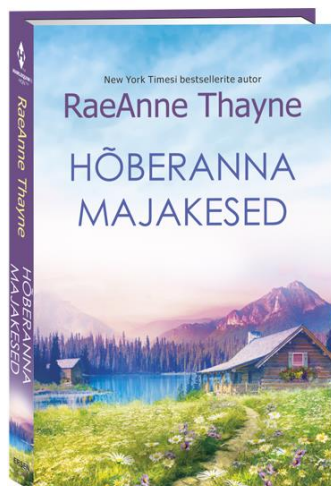
See kõige kenam paar

Mary Kubica

Abikaasa kadumine liidab kaks paari

Jake Hayes on kadunud. Vähemalt see on kindel. Algul arvab tema abikaasa Nina, et pärast eelmise õhtu tulist tüli laseb mees sõbra juures auru välja. Siis aga möödub üks päev. Kaks päeva. Viis. Ja Jake'ist pole kuskil jälgegi.

Lily Scott, Nina sõbranna ja töökaaslane, arvab, et ta võis olla viimane, kes Jake'i enne tema kadumist nägi. Pärast seda, kui Lily pihib kõigest oma abikaasale Christianile, otsustavad mõlemad, et mitte keegi ei või teada saada, mis põhjusel Jake kadus, eriti mitte Nina. Kuid Nina on oma mehe otsimise tõsiselt ette võtnud ja ta ei peatu enne, kui tõde on käes.



264 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

Tavahind: 25,75 €

Soodushind:
5,99 €

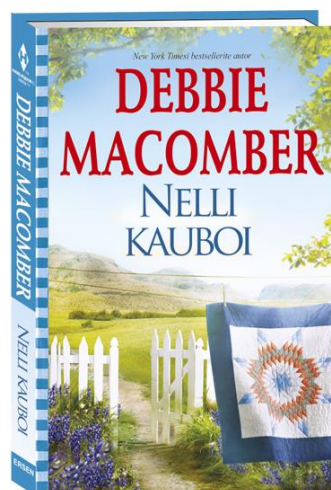
Hõberanna majakesed

RaeAnne Thayne

Mitu aastat pärast seda, kui mees ta reetis, on too tagasi Haven Pointis... ja valmis tõde välja selgitama

Megan Hamiltonile pole Elliot Bailey õieti kunagi meeldinud. Mees keeras tema perekonnale selja, kui nad teda kõige rohkem vajasisid, ja see peaaegu hävitas nad. Nii on ta sügavalt vapustatud, kui Elliot tema võõrastemajja saabub, vajades peatuskohta ja esitades küsimusi, mis kisuvad mineviku üles. Megan rendib talle majakese, aga sellega asi piirdubki – ükskõik kui seksikaks Elliot on muutunud.

Haven Pointi naasmine on viimane asi, mida menukate autor Elliot Bailey oli ette kujutanud. Aga töölt kõrvaldamise tõttu on ta tulnud oma praegust raamatut kirjutama Haven Pointi ja see on toonud ta tagasi naise juurde, keda ta ei suuda mõtetest tõrjuda. Meganiga taas kohtumine on raskem, kui ta arvas, ja see toob pinnale tunded, mis olid Ellioti arvates ammu maha maetud. Kas see võib olla tema võimalus oma esimene armastus endale võita?



208 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

Tavahind: 18,75 €

Soodushind:
5,99 €

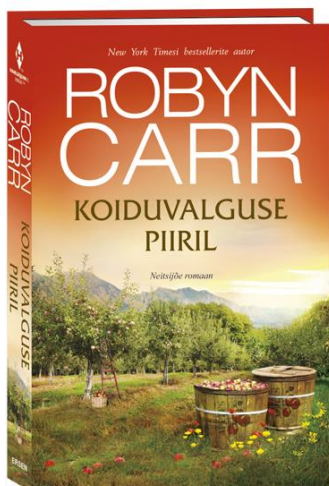
Nelli kauboi

Debbie Macomber

Tere tulemast Promise'i linna, mis asub sügaval Texase südames!

Promise on Texase mägismaa karjakasvatuskogukond, millel on salapärase mineviku. Samuti on see niisugune koht, mis näitab Ameerika väikelinnade ja maapiirkondade tugevust. Sest elu Promise'is toetub perekonnale ja sõprusele. Töökusele ja vastupidavusele. Naerule ja ennekõike armastusele.

Nell Bishop, kahe lapsega lesk, teeb oma rantšost külalisrantšo. Ja üks tema esimesi külalisi on suurlinlane Travis Grant, kes on tuntud Metsikut Läänt käsitlevate raamatute poolest. Nelli lapsed jumaldavad külalist ja Nell peab tunnistama, et tedagi tõmbab mehe poole. Kuid Nell pole valmis uuesti armuma. Või on?



280 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

Tavahind: 27,00 €

Soodushind:
5,99 €

Koiduvalguse piiril

Robyn Carr

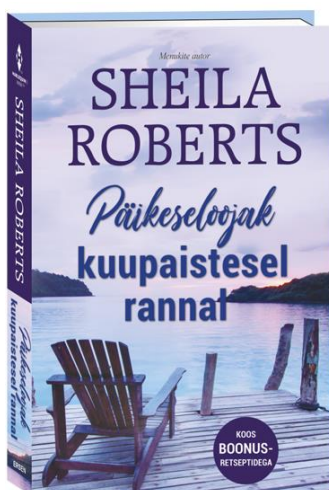
Tom Cavanaugh võib ju arvata, et tahab harilikku naist, kuid Neitsijõel kiputakse ikka ootamatult armuma...

Endine mereväelane Tom Cavanaugh on naasnud koju Neitsijõe, et perekonna õunapuuaia ohjad üle võtta ja paikseks jääda. Ta teab täpselt, missugune naine on täiuslik: armas, korralik, võib-olla pisut naiivne. Sobiv abiellumismaterjal.

Nora Crane on selle täielik vastand. Aga miks ei suuda Tom rabavalt üksikemalt pilku pöörata?

Noral jäi kolledžiharidus pooleli, kuid ta on elukooli auvilistlane. Ta on läbi elanud raskeid aegu ja valmis kõigeks, et peret ülal pidada, kaasa arvatud abitöödeks Cavanaugh'de aias saagikoristushooajal. Ta on alati keskendunud vee peal püsimisele... aga järsku ei suuda ta tahumatut ja sõnakat Tom Cavanaugh'd enam peast heita.

Nii Noral kui ka Tomil on perekonnast oma arusaam. Aga mõlemad tõestavad teineteisele, et nad eksivad...



352 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

Tavahind: 30,00 €

Soodushind:
6,99 €

Päikeseloojak kuupaistesel rannal

Sheila Roberts

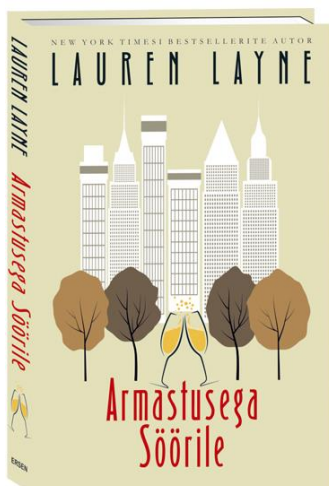
Jenna Jones on seisnud liiga kaua armastuse mere kaldal. Kuigi temast on huvitatud kaks toredat meest, kardab ta sellesse merre sukelduda.

Tema parima sõbratari Courtney arvates peaks ta seda tegema. Vees on hea olla. Elu on suurepärane! Sama hästi kui täiuslik, kui jätate kõrvale Courtney probleemid tema õela eksbossiga. Võib-olla on Courtney! õigus. On aeg merre sukelduda.

Kui nende ellu tuleb tragöödia, muutub kõik ja Jenna on suuremas segaduses kui kunagi varem. Aga see uus südamevalu aitab tal selgusele jõuda, kelle poole pöörduda, kui ajad muutuvad raskeks.

„Päikeseloojak kuupaistesel rannal“ on täis soojust ja huumorit ning tõestab, et iga lõpp võib olla ilusa uue loo algus.

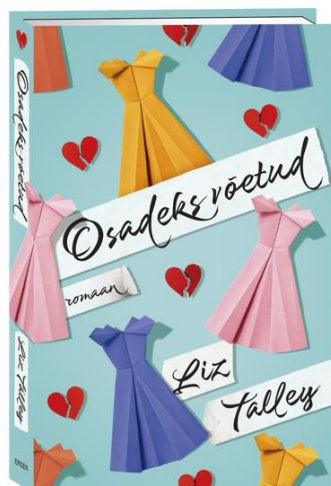
See raamat on just nii südamlilik ja humoorikas, nagu lugejad on harjunud Sheila Robertsilt ootama, ning räägib loo, kuidas üks naine leiab endas vaprust, et elada elu endale parimal viisil. Ja kus oleks veel parem elada kui rannas?



264 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

Tavahind: 23,25 €

Soodushind:
5,99 €



328 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

Tavahind: 30,00 €

Soodushind:
6,99 €

Armastusega Sõõrile

Lauren Layne

Alati rõõmsameelne ja innukalt kõigile meeldida püüdev Gracie Cooper on valmis igast olukorrast parimat võtma. Kui ta isa sureb kõigest mõni kuu pärast kopsuvähi diagnoosi, loobub Gracie unistusest saada kunstnikuks ja võtab üle isa asustatud šampanjapoe Midtownis Manhattanil. Ta avastab peagi, et pood toob ohtlikult vähe sisse ja et asju veel keerulisemaks ajada, teeb ettevõtte, mida juhib uskumatult nägus, aga ärritavalt ülbe Sebastian Andrews, ettepaneku rendileping välja osta, et ehitada poe asemele pilvelõhkuja. Kuid Graciele on talumatu mõte heita isa unistus tuulde samamoodi nagu enda oma.

Ülekoormatud Gracie ei taha aga sõpradele ja perekonnale tunnistada, et tal on poe suhtes kahtlusi. Ta otsib nõu ja tröösti inimestelt, keda ta pole elu seeski kohanud – näota Sõõrilt, kellega ta tutvus pimekohtingu äpi kaudu, kus sobivad kandidaadid saavad meile vahetades ja ühiste huvide kaudu teineteist tundma õppida, enne kui avaldavad oma pärisnime või vahetavad fotosid.

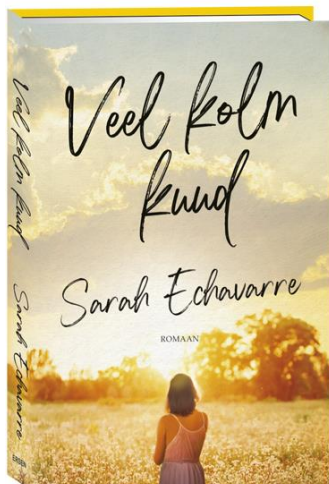
Aga kuigi Gracie avastab end tasapisi küberruumi Sõõri armumas, pole tal aimugi, et päriselus on ta meest juba kohanud... ega salli tolle varjugi.

Osadeks võetud

Liz Talley

Haarav romaan kauaaegsetest sõpradest ja trenditeadlikust kättemaksust

Antikvariaadi omaniku Cricket Crosby elu pöördub pahupidi, kui ta avastab, et kuulujutud tema abikaasa afääri kohta ei olegi pelgalt lõuna-osariiklaste ajaviiteline keelepeks. Tema plaan on palgata detektiiv, leida advokaat, võtta appi oma uus assistent Ruby ja maksta mehele kätte. Ruby teab, kui kiiresti asjad muutuvad. Seljataga tormine minevik, on ta valmis looma endale uut tulevikku, töötades Cricketi poes ja hakates disaineriks, kes võtab *vintage* kõrgmoe osadeks lahti. Kui üldse keegi suudab rebenenud kohad Cricketi elus kokku lappida, on see tema. Selgub aga, et Cricketi elu ei ole ainult rebenenud. See on kortsus, plekiline ja õmblustest lahti tulemas. Koos Ruby ja tema sugulastekarjaga – kuhu kuuluvad napsilembene eradetektiiv ja sarmikas puksiirauto juht – ajab Cricket tõe jälgi, kui ohtlikuks asjad ka ei lähe. Tõsi, Cricketi elu ei ole selline, nagu ta endale ette kujutas. Ent ta on muutustele avatud ja nuputab välja, mida ta päriselt tahab. Ning see on juba päris imeline.



312 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

Tavahind: 27,50 €

Soodushind:
6,99 €

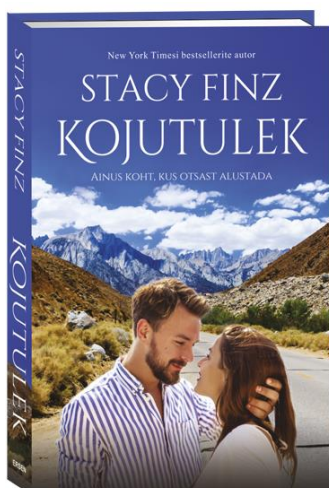
Veel kolm kuud

Sarah Echavarre

Teine võimalus elus

Chloe Howardi pühendumus tööle on läinud talle maksma võimaluse olla koos kõige tähtsama inimesega elus – emaga. Andnud lubaduse muutuda, kavandab Chloe kojusõitu. Kahjuks sureb ema mõni tund enne ta saabumist ning leinast ja kahetsusest muserdatud Chloe ei saagi temaga hüvasti jätta. Aga mine tea... võib-olla polegi veel liiga hilja. Paar päeva enne matust leiab Chloe seletamatul moel ema elusa ja tervena. Ja enam pole maikuu – Chloe on kandunud ajas tagasi märtsi. Mitte keegi – ei ta vend, sõbrad ega töökaaslased – ei saa aru, miks Chloe nii segaduses on. Kuidas peaks ta juhtunut mõistma? See on võimatu. Kuid Chloe kavatseb olukorda ära kasutada. Nüüd plaanib ta kõike teistmoodi teha: parandada peresuhteid, sõlmida uusi tutvusi, öelda iga päev emale, et armastab teda, ja võimalusel hoiduda vältimatu eest.

See on teine võimalus, mille saabumisest Chloel aimugi polnud. Ta ei kavatse minutitki raisku lasta.



328 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

Tavahind: 28,75 €

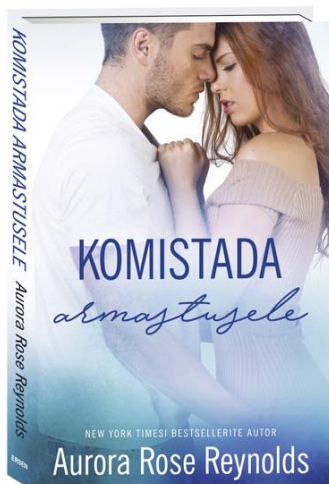
Soodushind:
6,99 €

Kojutulek

Stacy Finz

Nuggetil, väiksel mägilinnakesel Californias, on kummaline võime anda inimestele ootamatuid põhjusi, et uuesti alustada – ja leida kõige vastupandamatuid võimalusi armuda...

Maddy Breyeril on vaja tõestada, et ta suudab oma elu uuesti üles ehitada pärast seda, kui reetmine tema õnneliku abielu põrmustas. Keskendumine väsinud häärberi renoveerimisele ja võõrastemajaks muutmisele võiks aidata tal – samuti sel majandussurutsiselt hoobi saanud linnakesel – viimaks oma olukorda paremuse poole pöörata. Aga salapärane uus politseiülem kujutab endast sellist seadusvastast kiusatust, et selle katsumusega on veelgi raskem hakkama saada. Detektiiv Rhys Shepard on Nuggetis tagasi vaid nii kauaks, et oma põdura isa eest hoolitseda. Teda on edutatud suurlinnas, kaugel sellest kohast, mis teda kunagi omaks võtnud pole. Tal pole tõesti vaja kuritegevuslainet, mida nüüd lahendama hakata. Või üht pikajalgset murtud südamega naist, kes igasugust segadust tekitaks ja teda oma reegleid rikkuma meelitaks. Ent see võib olla ka põhjus, miks mehel nüüd nii raske lahkuda on.



232 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

Tavahind: 20,00 €

Soodushind:
4,99 €

Komistada armastusele

Aurora Rose Reynolds

Naisele on see vaid üheöösuhe. Aga see kestab mõne öö võrra rohkem, kui ta oli kavatsenud...

Mackenzie Reedi kohtingukaaslane ei ilmunud välja. Ta on raisanud kaks aastat mehele, kes polnud temast üldse huvitatud, aga praegu pole tal isegi mitte pitsat ja Metsi, kes võiks talle seltsi pakkuda. Siis aga sammub ta ellu see pikka kasvu ja jõuline seksikas võõras mees. Võib-olla suudaks Mac selle ühe öö teeselda, et on tüdruk, kes ta pole? Pealegi väärib ta natuke lõbutsemist, aga ilma suhtesse astumata... Mis puutub Wesley Porterisse, siis ühest ööst koos Mackenziega ei piisa talle sugugi. See naine on mõistatus, mille Wesley tahab lahendada – kui vaid Mac ei põgeneks iga kord pärast nende kohtumist. Ilmselgelt on nende vahel tõsine keemia, miks Mackenzie siis selle vastu sõdib? Kui üks intiimne kohtumine järgneb teisele (ja teine kolmandale), otsustab Wesley tõestada, et nad on teineteisele loodud. Aga Mac on varem haiget saanud ja keeldub armumast sellesse seksikasse, vaat et täiuslikku mehesse. Tegelikult kavatseb ta selle vastu võidelda... kuni Wesley suudab ta meelt muuta.



240 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

Tavahind: 23,25 €

Soodushind:
4,99 €

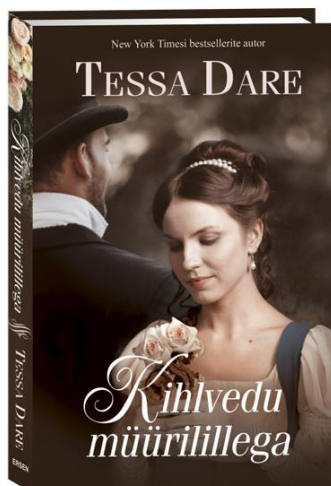
Õiteväljade õed

Alys Murray

Harper Andersoni kohustuste nimekiri on pikem kui Colorado jõgi ja tulbipeenrad, mille eest ta peab hoolitsema perekonna lilleistanduses Californias Hillsboro maakonnas. Harperi unistus on pärast isa pensionile jäämist koos õdedega perefirmit juhtida ning jätkata traditsiooni, mis sai alguse ta vanavanavanaemast.

Muidugi juhul, kui on veel istandus, mida juhtida. Rikkad, kes otsivad võimalust maaelu nautida, on kruttinud linnas hinnad üles ja see ähvardab Harperi perekonna pankrotti viia. Seega pole tal aega ülbe LA tehnoloogiamoguli jaoks, kes tahab kasutada istandust õe pulmadeks ning teeb Harperile sellekohase pakkumise. Ükski rahasumma ei korvaks kahju, mida see järgmise aasta lillesaagile teeks. Mida kiiremini Luke Martin oma teed läheb, seda parem.

Aga Luke ei taha kuskile minna. Ta on hoolitsenud õe eest sellest ajast saadik, kui nad on pidanud vastutustundetute vanemate tõttu ise hakkama saama, ja ta on valmis tegema kõik, mis vaja, et õde oleks õnnelik...



264 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

Tavahind: 25,00 €

Soodushind:
5,99 €

Kihlvedu müürilillega

Tessa Dare

Teda kutsutakse Hävingu hertsogiks.

Kartmatu müürilille jaoks on ta lihtsalt naabermaja elukas.

Rikas ja halastamatu Gabriel Duke kiskus end agulimülkast kõrgseltskonna tippu – ja nüüd tahab ta kätte maksta.

Kirglik ja lojaalne leedi Penelope Campion ei ole kohanud veel ühtki hüljatud või vigastatud elusolendit, keda ta oma koju ja südamesse ei võtaks.

Kui tema heidutav – ja ahvatlev – uus naaber nõuab, et ta päästetud loomad minema viiks, esitab Penny mehele väljakutse. Tema loobub oma kallitest hoolealustest, kui mees leiab neile armastavad kodud. Gabriel võtab väljakutse vastu, kuigi ei oska eristada armastavat kodu töomajast, olles võlutud häbelikust ilusast vallalisest naisest, kes ei tee tema vastupunnimisest väljagi. Aga nüüd on naine võtnud südameasjaks tema päästmise...

Siis mitte, kui Gabriel naise maine enne rikkuda jõuab.



288 lk,
pehmes köites,
125x195 mm

Tavahind: 25,00 €

Soodushind:
5,99 €

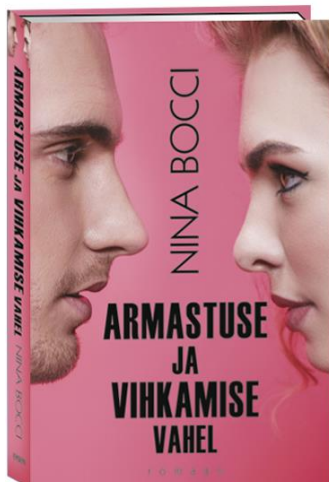
Flirdihooaeg

Julia Justiss

Tema flirdiõpetusel...

võis liigagi suur mõju olla!

Kui leedi Laura Pomeroy pakub sõbratarile õppetunde, kuidas Londoni seltskonnaelu hooaeg üle elada, ei oota ta, et mängus hakkab osalema ka sõbratari vend! Pankur Miles Rochdale suhtub aadlikesse umbusklikult ja peab Laurat ilmselgelt pealiskaudseks ning rumalaks. Matemaatikageeniust Laurat ärritab, et mees hakkab talle meeldima, ning ta tunneb rõõmu mehe arusaamade pea peale pööramisest. Aga kuna ta on markii tütar, pole tal mingit mõtet Milesile muljet avaldada, sest tal ei lubataks iialgi abielluda mehega, kes tegutseb *äri alal*...



320 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

Tavahind: 24,50 €

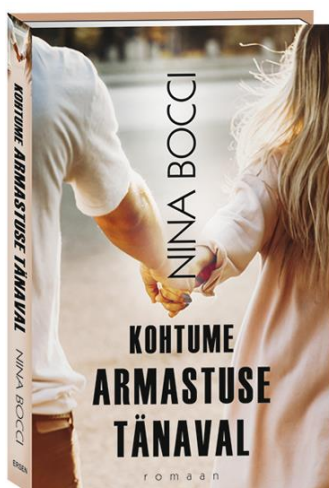
Soodushind:
2,99 €

Armastuse ja vihkamise vahel

Nina Bocci

Kui Emmanuelle Peroni isa Enrico – praegune Pennsylvania osariigi linnakese Hope Lake'i linnapea – teeb oma tütrele ettepaneku aidata Cooper Endicottil valimiskampaaniat teha, haarab naist õudus. Cooper, üks naise endistest kauaaegseimatest sõpradest, ajab teda lausa hulluks. Kuna mees on aga isa kaitsealune, asub Emma vastu tahtmist kavandama plaani, mis mehele kohalikel valimistel võidu tooks.

See polegi nii lihtne, kui pealtnäha paistab. Paljude hääletajate jaoks paistab põhiküsimus olevat Cooperi värvikas armuelu ning tema vastane kaevab mehe minevikust üles kõik, mis võimalik. Tundub, et iga kord, kui Emmal õnnestub üks skandaalileek kustutada, süttib uus. Emma teab, et kui Cooper võita tahab, peab ta pahandustest hoiduma. Hädä on aga selles, et naine on armumas ainsasse mehesse, kellest ta on töötanud eemale hoida – nimelt linnapeakandidaati endasse.



296 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

Tavahind: 23,25 €

Soodushind:
2,99 €

Kohtume Armastuse tänaval

Nina Bocci

Unustamatu lugu naisest, kes naaseb vastumeelselt koju Pennsylvania väikelinna, kuid avastab siis, et on armumas nii sellesse linna kui ka kahte selle linna elanikku.

Charlotte Bishopi võimalused New Yorgis on ammendunud. Töölt vallandatu, laostunu ja musta nimekirja sattununa on ta sunnitud naasma haavu lakkuma kodulinna Hope Lake'i. Kuigi ta arvab, et leiab eest armetu paiga, kus pole midagi peale hakata, on ta meeldivalt üllatunud, kui satub saginat täis jõudsalt kasvavasse linna.

Ta kavatseb jääda sinna ainult nii kauaks, kuni teenib piisavalt raha, et New Yorki tagasi kolida. Ta ei tohiks taastada suhteid ei lapsepõlvesõprade ega ka armastatud vanaemaga. Ta ei tohiks leida unelmate tööd kohaliku lillepoe juhatajana. Ja päris kindlasti ei tohiks ta armuda mitte ühte, vaid lausa kahte Hope Lake'i paipoissi: üks neist populaarne inglise keele õpetaja keskkoolis, teine linnakese võluv arst. Mida peab tegema tüdruk, kes ei suuda valida kahe mehe ja kahe linna vahel?



248 lk,
pehmes köites,
128x200 mm

Tavahind: 20,00 €

Soodushind:
3,99 €

Võitjate seadused

Bodo Schäfer

Lihtsalt alustage

Kas usute, et suudate tegelikult rohkem? Kas teie unistusi varjutavad kohustused, frustratsioon ja igapäevarutiin?

See raamat näitab teile teed rahuldust pakkuva elu juurde. Bodo Schäferi 30 päeva programmiga õpite edu põhiprintsiipe ellu viima.

Võitjate seadused aitavad teil

- saada oma tööde ja tähtaegade üle täielik kontroll;
- käia kriitika ja stressiga õigesti ümber;
- vabastada end hirmudest;
- muuta rahulolematust eduenergiaks;
- teenida rohkem raha;
- saada tõelist tunnustust.



176 lk,
pehmes köites,
125x195 mm

Tavahind: 18,75 €

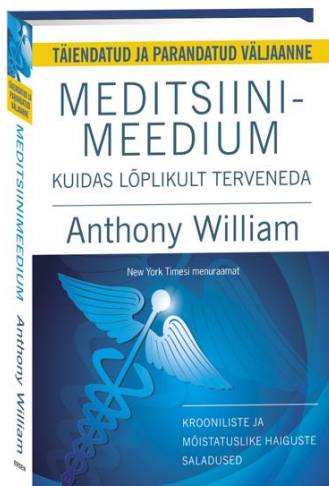
Soodushind:
3,99 €

Loov visualiseerimine algajatele

Richard Webster

Lihtsad tehnikad unistuste täideviimiseks

Igaühel meist on võime kordaminekuid visualiseerida ning oma lootused ja unistused reaalsuseks muuta. Loov visualiseerimine on inimloomuse loomulik võime. Peaaegu kõik väga edukad inimesed igast eluvaldkonnast kasutavad seda oma eesmärkide saavutamiseks. Te võite loovat visualiseerimist kasutada suurte kestvate muudatuste tegemiseks elus. Selle raamatu lihtsate harjutuste ja kergesti õpitavate tehnikate abil saate oma hinge taastada ja selle eest hoolitseda ning parandada kõiki eluvaldkondi, kaasa arvatud tervist, suhteid, karjääri, õppimist, loomingulisust ja rahalist olukorda.



392 lk,
pehmes köites,
165x235 mm

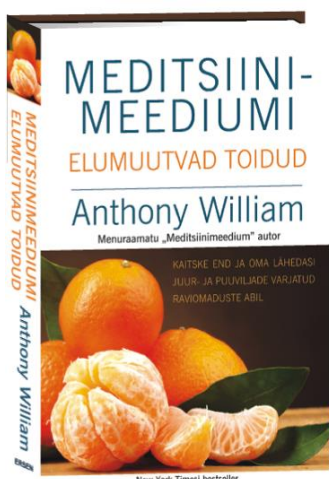
Tavahind: 28,75 €

Soodushind:
14,99 €

Meditstiinimeedium. Parandatud ja täiendatud väljaanne

Anthony William

See on raamat, mis algatas terviserevolutsiooni. Meditsiinimeedium Anthony William on aidanud miljonitel inimestel paraneda haigustest, mida on valesti diagnoositud, ebaefektiivselt ravitud või mida arstid ei oska üksi ravida. Terviseteadmiste raamatu parandatud ja täiendatud trükk toetub 30-aastasele inimeste elu tagasitoomise kogemusele. Teaduse jaoks avastamata tohutu hulga terviseinformatsiooni toel jõuab Anthony inimeste valude ja haiguste algpõhjuseni ja annab teada, mida neil tuleb nüüd oma tervise taastamiseks ette võtta – mis pole kunagi olnud tähtsam. Tema lahenduste ja puhastuskavadega on võimalik saavutada silmapaistvaid tulemusi, isegi neil, kes on enne tema poole pöördumist kulutanud aastaid ja suuri rahasummasid kõiksugu ravivormide peale. Nemad on vastus tuhande tõusmisele...



352 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

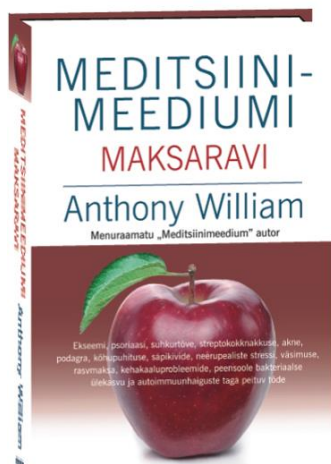
Tavahind: 23,25 €

Soodushind:
14,99 €

Meditstiinimeediumi elumuutvad toidud

Anthony William

Meditstiinimeedium Anthony William on aidanud kümnetel tuhandetel inimestel terveneda tõbedest, mida on valesti diagnoositud või tulemusteta ravitud – või mille suhtes meditsiinikogukond ei suuda kindlat seisukohta võtta. Oma esimeses raamatus, New York Timesi bestselleris „Meditstiinimeedium“, näitas Anthony William, kuidas kümneid haigusi ravida eesmärgipärase ravirežiimi abil, kus peamine roll kuulub toitumisele. Raamat „Meditstiinimeediumi elumuutvad toidud“ sukeldub sügavale rohkem kui viiekümne tervisele eriti suurt mõju avaldava puuvilja, juurvilja, ürdi, maitseaine ja metsikult kasvava söögitaime ravitoimesse. Autor kirjeldab iga toidutaime omadusi, sümptomeid ja seisundeid, mida see võib aidata ravida või tervendada, ning emotsionaalset ja vaimset kasu, mida see taim endaga kaasa toob. Samuti pakub ta maitsevaid retsepte, mis aitavad teil maksimaalselt nautida iga toidutaime soodsat mõju, alates hautatud kapsa täidisega bataadist kuni mee-kookosejäätiseni.



480 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

Tavahind: 26,25 €

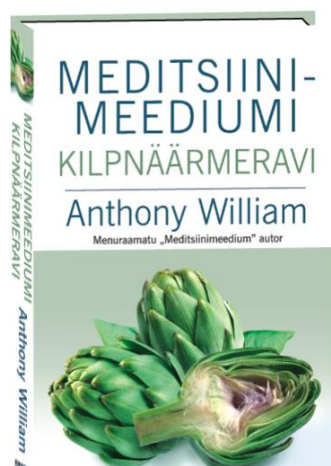
Soodushind:
16,99 €

Meditstiinimeediumi maksaravi

Anthony William

Kui päästad oma maksa, päästab see sinu

Mis siis, kui saaksid ühele tervise tahule keskendudes muuta kõiki teisi ja ühtlasi ennetada tervisehäireid, mis sinu teadmata kulgevad varjatult? Me ei aimagi, kui paljud haigusnähud, tervisehäired ja tõved tänapäeva maailmas on seotud ülekoormatud maksaga. Maksavähk, -tsirroos ja hepatiit pole ainsad probleemid. Peaaegu kõik tervisehäired – üldisest kehvast enesetundest seedehäirete, tundeelu häirete, kehakaalu suurenemise, kõrge vererõhu, südameprobleemide, ähmase mõistuse, naha- ja autoimmuunhaiguste ning muude krooniliste haigusteni – on tingitud ülekoormatud maksast. Need hädad võivad leeveneda ja kaduda, kui hakkad selle imeliselt võimsa elundi eest hoolt kandma. Teosest „Meditstiinimeediumi maksaravi“ leiad vastused, mida oleksid pidanud juba ammu teadma...



312 lk,
pehmes köites,
140x208 mm

Tavahind: 22,50 €

Soodushind:
14,99 €

Meditstiinimeediumi kilpnäärmeravi

Anthony William

Kui sind vaevab mõni krooniline tervisehäire, tea, et sa pole üksi – sa oled üks miljonitest inimestest, kes pistavad rinda müstiliste sümptomitega, mida meditsiiniringkondades on hakatud seostama kilpnäärmehaigustega. Nagu paljud teised, soovid ka sina kilpnäärme kohta tõtt teada.

Oleme juba enam kui sada aastat tulutult oodanud meedikutelt kilpnäärmeprobleemidega seotud tõelisi tarkusi. Ka uusimad teadusuuringud pole meie kannatuste tõelisele põhjusele veel valgust heitnud. Hashimoto türeoidiit ei tähenda, et keha ründab iseennast. Kilpnäärmevähist pole meile samuti kõike räägitud. Elulootus pole kadunud ka juhul, kui sul kilpnääret enam pole. Kilpnäärmehaigustes pole süüdi halvad geenid. Tänapäevased kilpnäärmehaiguste diagnoosid ei seleta salapäraseid sümptomeid, mis on sind aastaid piinanud.