



Библиотека №2

smibs2@yandex.ru  
926-14-06  
Ново-садовая 287

# Новые поступления периодики

Представляем  
ознакомительный  
обзор журналов за  
Октябрь-Ноябрь-  
Декабрь 2019 года



стр. 14 **Выбираем качественный майонез**

ПАМЯТАЙТЕ! **Все для женщины** № 50 3 декабря 2019

**Новогоднее меню** для небольшой компании стр. 16

**ЭКСКЛЮЗИВ!** Торт «Мышь-2020» стр. 15

**Как не набрать лишнего веса** перед праздниками стр. 9

**Рецепты красоты из хурмы** стр. 8

**Кому положено новое авто с господдержкой** Экономия при покупке стр. 10 **10-25%!**

стр. 22 **Какая обувь вредит ногам** стр. 24 **Имеет ли значение размер свечи в церкви?** стр. 8 **Какое растительное масло полезнее**

**Чтобы новогодняя ёлочка дольше простояла** стр. 13

**Покупаем детский карнавальный костюм:** самые яркие и недорогие варианты стр. 26

фото: Светлана Мальцева, с дочкой Киной, г. Чита

стр. 13 **Чтобы новогодняя ёлочка дольше простояла**

стр. 9 **Какая обувь вредит ногам**

стр. 8 **Какое растительное масло полезнее**

Сегодня на 8 страниц толще!

**Худеем к Новому году**

№ 48 19 ноября 2019

**Все для женщины**

**15 дней** на любой вкус

**+ тест,** как выбрать из них правильную

Бонус: советы для подтяжки ко

стр. 10 **Как уменьшить расходы на праздник и не остаться на мели**

Покупаем качественный творог

5 фраз, которые пробудят в мужчине страсть

стр. 32 **Как защититься от травм при переломе, вывихе, растяжении**

На фото: Валерия Шеремет, с дочкой Анной, СПб, Россия

стр. 34 **Сладкий из лаваша. Быстрый десерт для завтрака**

стр. 36 **Блюдо для Рождества**

стр. 38 **Витаминно-белковый коктейль**

стр. 40 **10 рецептов от диабета в домашних условиях**

стр. 42 **Как защититься от травм при переломе, вывихе, растяжении**

«Новый день, как чистый листик, сам решаешь, что куда. Начинать с хороших мыслей – всё получится тогда!»

«Ещё два блинчика, и расходимся!» – шептали Ленке швы на юбке.

«Если вам кто-то скажет, что вы – ненормальная, помните, что на грядке с капустой и роза – сорняк.»



№ 49 26 ноября 2019

**Все для женщины**

Вечернее платье, как у звезд

Варианты, которые по карману

Народные средства от кашля

Каким чудотворным иконам молиться

**о здравии, достатке и счастье**

стр. 23

стр. 10 **7 способов уже сейчас сэкономить на отдыхе**

стр. 20 **Болезни надпочечников: когда это смертельно опасно**

Что защитит нежную кожу лица и рук в холода

стр. 26 **Собака спасла жизнь мне и малышу в моем животе!**

стр. 28 **Что подарить на Новый год родным, коллегам и друзьям**

стр. 30 **5 необычных блюд из свининки**

стр. 32 **Сладкий календарь – супердесерт!**

На фото: Валерия Шеремет, с дочкой Анной, СПб, Россия

стр. 34 **Сладкий календарь – супердесерт!**

стр. 36 **Блюдо для Рождества**

стр. 38 **Витаминно-белковый коктейль**

стр. 40 **10 рецептов от диабета в домашних условиях**

стр. 42 **Как защититься от травм при переломе, вывихе, растяжении**

стр. 15 **Твенского поста**

стр. 16 **Стильное окрашивание для блондинок: учимся у звезд**

стр. 22 **Как вылечить головную боль дыхательными упражнениями**

стр. 24 **4 причины завести дома кактус**

стр. 26 **Самые выгодные банковские карты с возвратом денег**

**Все для мозга**

стр. 4 **Потеря ума**

на всю жизнь

стр. 7 **Маска-лифтинг для стареющей кожи: мгновенный эффект!**

Развиваем внимание у ребенка

стр. 28

стр. 4 **Что будет модно этой зимой**

стр. 26 **Чем опасен дисбактериоз и как его лечить**

стр. 17 **Три экспресс-соуса к мясу и птице**

стр. 16 **Торт из курицы и кабачков МЕГАзакуска!**

На фото: Евгений Шлома с дочкой Марией из Подольска Московской обл.

№ 48 5 ноября 2019

**Все для женщины**

стр. 4 **Подбираем аксессуары как у звезд**

**5 признаков того, что пора проверить сердце**

стр. 22

Как получить бесплатный билет на самолет

стр. 20

стр. 10 **Сбросила 100 кг ради любимого, а он оказался не простым шофером, а богатым бизнесменом!**

стр. 10 **10 способов продлить жизнь кухонной посуде**

стр. 12 **Творожная запеканка 3 необычных вкуса!**

стр. 18 **Оригинальные салатики с сыром**

стр. 28 **Выращиваем черри на подоконнике**

На фото: Ирина Драган с сыном Ярославом, г. Новокузнецк

**Лечим простуду за день** № 45 26 октября 2019

**Все для женщины!**

Макияж как у Эвелины Бледанс

Как выбрать натуральный мёд

10 хитроостей на кухне, облегчающих готовку

Бонус: минус 2 кг за неделю

**Диета для снижения холестерина**

Ишела себе мужа благодаря обманщику

Какая одежда зрительно удлинит ноги

Как случайно не заплатить женолаг мошенникам

Манты, ханум, пельмени: самые вкусные варианты

Яблоки + шоколад

Укрепляем иммунитет без лекарств

**Все для женщины!** № 44 22 сентября 2019

4 принципа идеального брака

7 забавных идей, как одеться модно

Что продлит стойкость маникюра

Простуда и грипп как отличить и правильно лечить

Состарился на 25 лет ради жены!

Самые почитаемые православные реликвии России

О чём сигнализирует организм, когда нам хочется вредных вкусов

Большинный: как свести потери в зарплате к минимуму

Быстро и вкусно

Соус «Болоньезе» и 7 блюд с ним

3 рецепта домашнего печенья

**Все для женщины!** № 43 15 октября 2019

5 способов дешево и быстро согреть квартиру

3 рецепта куриных крылышек

Райский вкус: выпечка с грушами!

Рецепты красоты из яблок: бюджетно и эффективно!

Снижаем давление без лекарств

Диета для гипертоника

Говяжья тушенка: как выявить подделку

Пенсионер построил ветряк и платит за свет 60 рублей в месяц!

6 российских городов, любимых на Европу

Какие продукты вызывают метеоризм и как от него избавиться

Вязаные платья, которые стройнят

9 признаков потери вкуса

Как достойно выйти из конфликта на работе

Вязаные платья, которые стройнят

**Все для женщины!** № 42 8 октября 2019

6 простых упражнений для стройных ног

Мифы о простуде, которые мешают быстро вылечиться

Какой хлеб не навредит фигуре?

Выбираем качественный сыр

Елена Борщёва

Вторую дочку родила через ЭКО

И счастлива!

Как использовать зарплатную карту с выгодой

Насколько вы сексуальны?

Чем опасно опущение матки и как его избежать

10 ошибок вымажиге, которые вас уродуют

Три сытных блюда из баночки сайры

Дешево и вкусно!

Легкие и сочные пироги с овощами

**Все для женщины!** № 41 1 октября 2019

7 забавных идей, как одеться модно

Что продлит стойкость маникюра

Простуда и грипп как отличить и правильно лечить

Состарился на 25 лет ради жены!

Самые почитаемые православные реликвии России

О чём сигнализирует организм, когда нам хочется вредных вкусов

Большинный: как свести потери в зарплате к минимуму

Быстро и вкусно

Соус «Болоньезе» и 7 блюд с ним

3 рецепта домашнего печенья

**Все для женщины!** № 41 1 октября 2019

7 забавных идей, как одеться модно

Что продлит стойкость маникюра

Простуда и грипп как отличить и правильно лечить

Состарился на 25 лет ради жены!

Самые почитаемые православные реликвии России

О чём сигнализирует организм, когда нам хочется вредных вкусов

Большинный: как свести потери в зарплате к минимуму

Быстро и вкусно

Соус «Болоньезе» и 7 блюд с ним

3 рецепта домашнего печенья

**Все для женщины!** № 41 1 октября 2019

7 забавных идей, как одеться модно

Что продлит стойкость маникюра

Простуда и грипп как отличить и правильно лечить

Состарился на 25 лет ради жены!

Самые почитаемые православные реликвии России

О чём сигнализирует организм, когда нам хочется вредных вкусов

Большинный: как свести потери в зарплате к минимуму

Быстро и вкусно

Соус «Болоньезе» и 7 блюд с ним

3 рецепта домашнего печенья

**Все для женщины!** № 41 1 октября 2019

7 забавных идей, как одеться модно

Что продлит стойкость маникюра

Простуда и грипп как отличить и правильно лечить

Состарился на 25 лет ради жены!

Самые почитаемые православные реликвии России

О чём сигнализирует организм, когда нам хочется вредных вкусов

Большинный: как свести потери в зарплате к минимуму

Быстро и вкусно

Соус «Болоньезе» и 7 блюд с ним

3 рецепта домашнего печенья

**Все для женщины!** № 41 1 октября 2019

7 забавных идей, как одеться модно

Что продлит стойкость маникюра

Простуда и грипп как отличить и правильно лечить

Состарился на 25 лет ради жены!

Самые почитаемые православные реликвии России

О чём сигнализирует организм, когда нам хочется вредных вкусов

Большинный: как свести потери в зарплате к минимуму

Быстро и вкусно

Соус «Болоньезе» и 7 блюд с ним

3 рецепта домашнего печенья

**Все для женщины!** № 41 1 октября 2019

7 забавных идей, как одеться модно

Что продлит стойкость маникюра

Простуда и грипп как отличить и правильно лечить

Состарился на 25 лет ради жены!

Самые почитаемые православные реликвии России

О чём сигнализирует организм, когда нам хочется вредных вкусов

Большинный: как свести потери в зарплате к минимуму

Быстро и вкусно

Соус «Болоньезе» и 7 блюд с ним

3 рецепта домашнего печенья

«Дай Бог здоровья бабушкам, для которых общение с внуками - не тяжкая обязанность, а радость!»  
 «Хочешь изменить жизнь, сесть на диету, бросить курить или найти новую работу? Специально для тебя. Каждую неделю. ПОНЕДЕЛЬНИК!»  
 «Иногда счастье...это когда ничего не происходит...»

