



Hyvää olo kohti – tietokirjoja mielen ja kehon hyvinvointiin

Jyväskylän kaupunginkirjasto –
Keski-Suomen maakuntakirjasto IK 2009



Heikkilä, Antti: Siunattu kipu
Rasalas, 2009
Sijainti: 14.11 HEI

Reinikainen, Pepi:
Elämänkaarikirjoitus ja ihmisen
vuodenajat
Kirjapaja, 2007
Sijainti: 14.8 REI

Liehu, Heidi: Kultainen varis :
pienoisessettä
Kirjapaja, 2008
Sijainti: 17 LIE

Airaksinen, Timo: Parasta kaikille!
: onnen ja hyvinvoinnin ehdot
Johnny Kniga, 2009
Sijainti: 17.3 AIR

Hiljaisuutta etsimässä
Kirjapaja, 2006
Sijainti: 17.3 HIL

Junkkari, Kaija: Naiseksi joka olet
Kirjapaja, 1992
Sijainti: 17.3 JUN

Junkkari, Lari: Mieheksi joka olet
Kirjapaja, 1996
Sijainti: 17.3 JUN

Mikkola, Arto: Aitouden aateluus :
matka elpymisen ja ilon
alkulähteille
Kirjapaja, 2008
Sijainti: 17.3 MIK

Naish, John: Riittää jo : irti
maailmasta, jossa kaikkea on ihan
liikaa
Atena, 2009
Sijainti: 17.3 NAI

Ojanen, Markku: Hyvinvoinnin
käsikirja
Kirjapaja, 2009
Sijainti: 17.3 OJA

Rauhala, Ilona: Kokonaiseksi
Otava, 2009
Sijainti: 17.3 RAU

Ruiz, Miguel: Tie takaisin
paratiisiin
Delfiini kirjat, 2005
Sijainti: 17.3 RUI

Vakkuri, Kai: Uskalla antaa
anteeksi itsellesi ja muille
BSV kirja, 2007
Sijainti: 17.3 VAK

Valtavaara, Anna-Liisa: Huolena
huolehtiminen
Kirjapaja, 2009
Sijainti: 17.3 VAL

Wikström, Owe: Läsnaolon taito :
johdatus kiireettömään elämään
1. taskukirjap., Kirjapaja, 2008
Sijainti: 17.3 WIK

Wikström, Owe: Matkalla olon
mysteeri : tie ulos vie sisään
Kirjapaja, 2005
Sijainti: 17.3 WIK

Olkinuora, Hilikka: Surun vuosi
Kirjapaja, 2009
Sijainti: 25.4 OLK

Crowley, Chris: Nuorempi ensi
vuonna
Nemo, 2006
Sijainti: 59.3 CRO

Heikkilä, Antti: Mielenrauha
Rasalas, 2005
Sijainti: 59.3 HEI

Elä hyvin, vanhene viisaasti :
ehkäise sairaudet oikeilla
elämäntavoilla
Valitut palat, 2001
Sijainti: 59.3 ELÄ

Hafsteinsdottir, Thorbjörg: 10
vuotta nuorempi 10 viikossa :
testaa ikäsi ja tee sille jotakin
WSOY, 2009
Sijainti: 59.3 HAF

Hausbrandt, Leena: Nainen
parasta vuosikertaa
Teos, 2007
Sijainti: 59.3 HAU

Pakeman, Sinikka: Pysy
nuorekkaana ja terveenä
Gummerus, 2002
Sijainti: 59.3 PAK

Paras ikä edessäpäin
Yhtyneet kuvalehdet, 2002
Sijainti: 59.3 PAR

Scott-Moncrieff, Christina:
Luonnollista terveyttä 50+ : nauti
elämästä, elä terveemmin,
vanhene kauniisti
Kustannus-Mäkelä, 2002
Sijainti: 59.3 SCO

Vartti päivässä pitää lääkärin
loitolla
Valitut palat, cop. 2004
Sijainti: 59.3 VAR

Heikkilä, Antti: Elämän paras aika
Rasalas, 2002
Sijainti: 59.3 HEI

Hjertstrand, Marianne: Aikuisen
naisen terveys
Gummerus, 1999
Sijainti: 59.3 HJE

Kyrklund, Marianne: Virtaa naisen
arkeen : keho kuntoon
täsmäohjein
WSOY, 2003
Sijainti: 59.3 KYR

Marriott, Susannah: Pysy
nuorekkaana luonnonmukaisesti :
1001 vinkkiä
Gummerus, 2008
Sijainti: 59.3 MAR

Oskarsson, Marie: Parhaassa iässä
: ruokaa, terveyttä ja hyvää oloa
Otava, 2006
Sijainti: 59.3 OSK

Hafsteinsdottir, Thorbjörg: 10
vuotta nuorempi 10 viikossa :
testaa ikäsi ja tee sille jotakin
WSOY, 2009
Sijainti: 59.3 HAF

Hyvän elämän avaimet
Weilin Göös, osa:
Mahdollisuuksien aika
Sijainti: 59.3 HYV

Salter, Jo: Energiaa!
Karisto, 2009
Sijainti: 59.3 SAL

Kabat-Zinn, Jon: Kehon ja mielen
viisaus : tietoisien läsnäolon
parantava voima
Basam Books, 2008
Sijainti: 59.33 KAB

Avaimet elämään : kirja, joka ei
vanhene
ET Ryhmä, 2009
Sijainti: 59.34 AVA

Sears, Barry: Zone ikääntymistä
vastaan
Otava, 2000
Sijainti: 59.34 SEA

Tietze, Harald W.: Nuoruutta
vanhenemisen sijaan, pH :
pysäytä vanheneminen ja paranna
sairautesi
Lootus-kirja, 2001
Sijainti: 59.4 TIE

Pidä aivosi kunnossa
WSOY, 2009
Sijainti: 59.55 PID

Liiku oikein - voi hyvin : liikunnan
merkitys hyvinvoinille
Liikuntatieteellinen seura, 2001
Sijainti: 79.6 LII

Hiltunen, Pentti: Keski-ikäisten
kuntokirja
Otava, 1995
Sijainti: 79.6 HIL

Miettinen, Mari: Lisää liikkujia! :
ideoita menestyvistä KKI-
hankkeista
Liikunnan ja kansanterveyden
edistämissektori, 2003
Sijainti: 79.6 MIE

Rinta, Tuire: Ikiviikarin vipuvarret
vetreiksi : menopelimekaanikon
käsikirja
Suomen liikunnan ammattilaiset
SLA, 2008
Sijainti: 79.6 RIN

Tee edes tämä! : huolettoman
huoltokirja
WSOY, 2002
Sijainti: 79.6 TEE

Älypää! : Suomen suurin tietovisa
WSOY, 2009
Sijainti: 79.841 ÄLY

Wirén, Veijo: Suuri
ristikkosanojen pikkujättiläinen
15. uud. laitos, WSOY, 2006
Sijainti: 79.841038 WIR

Mustavuori, Jaana-Mirjam:
Olemisen talossa : hidastajan
vuosi
Kirjapaja, 2009
Sijainti: 99.1 MUS

