

AIJA RĪBA
LAIKA
MENEDŽMENTS



Laika menedžments : veiksmīgai darbībai un savas dzīves kontrolei / Aija Rība ; grāmatas vāka dizaina autore Ilze Isaka ; redaktors Guntis Kalns ; grāmatas dizaina autore Vita Lēnerte. - Rīga : Zvaigzne ABC, [2020]. - [Rīga] : PNB Print. , ©2020. - 127 lpp. : ilustrācijas, shēmas, tabulas ; 25 cm. - Šajā grāmatā autore atklāj prasmīgu cilvēku laika menedžmenta noslēpumus. Jūs uzzināsiet, kā tikt galā ar dažādiem traucēkļiem, kuri tā vien tīko nozagt mūsu dārgo laiku, kā pareizi izveidot uzdevumu sarakstu, kā rūpēties par sevi, lai darba dienas ritumā justos moži un enerģiski, un gūsiet daudz citu noderīgu padomu, kas palīdzēs pārvaldīt savu laiku un kļūt par efektīviem darbiniekiem un veiksmīgiem uzņēmējiem.

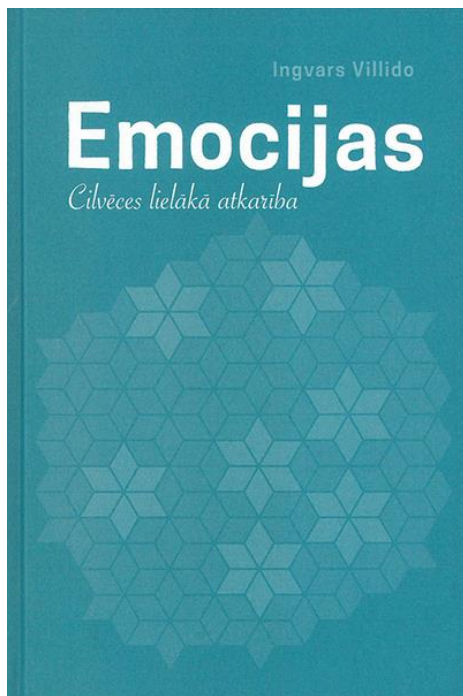
ISBN 9789934087929.



[Fingertoppskānsla: en nödvändig manual i social kompetens.]

Smalki! : izcilas sociālās prasmes / Henriks Fekseuss ; tulkojums: Inga Grezmane ; redaktore Elīna Vanaga. - Rīga : Zvaigzne ABC, [2019]. - [Jelgava] : Jelgavas tipogrāfija. , ©2019. - 314 lpp. : ilustrācijas ; 23 cm. - Bibliogrāfija: 309.-313. lpp. - Henriks Fekseuss grāmatā atklāj, kā var mainīt situāciju - vispirms jāsaprot, kas izraisa sociālo prasmju pasliktināšanos, un pēc tam jāiepazīst instrumenti, ar kuru palīdzību iespējams tai pretdarboties. Kā veidot saturīgu komunikāciju, nevis risināt vēsas, formālas sarunas. Kā, uzmanīgi klausoties, izveidot unikālas attiecības ar sarunas partneri. Kā panākt, lai citi ieklausās tevī, kad tev ir kas svarīgs sakāms. Kādi komunikācijas šķēršļi slēpjas tavās smadzenēs. Grāmata ir veids, kā gūt daudz vērtīgu atziņu par empātiju, kritiku, emocijām, komplimentiem, interpretācijām un citiem saskarsmes elementiem.

ISBN 9789934081309.



[Emotsioonid: inimkonna suurim sõltuvus.]

Emocijas : cilvēces lielākā atkarība / Ingvars Villido ; no igauņu valodas tulkoja Elīna Bandēna ; redaktore: Inita Saulīte-Zandere, Māra Vilde ; māksliniece Anna Aizsilniece. - Rīga : Aminori, [2021]. - [Jalgava] : Jelgavas tipogrāfija. , ©2021. - 370 lpp. : ilustrācijas, portrets ; 22 cm. - Mūsdienu cilvēks ir kļuvis par emociju vergu, zaudējis būtiskas zināšanas par sevi, savu patieso būtību un to, ka viņam klātos pārvaldīt emocijas, nevis ļaut emocijām valdīt par sevi. Cilvēkam ir svarīgi justies emocionāli labi. Tomēr labsajūta nav noturīga, jo emocijas ir nepastāvīgas. Tā nu cilvēki dzenas pēc nepiepildāma sapņa – nepārtrauktas labsajūtas. Šī grāmata piedāvā vēl nebijušu, krija jogas tradīcijā balstītu risinājumu.

ISBN 9789934612015.



Retorikas rokasgrāmata : Runāsim skaidri, spilgti, iedarbīgi! / Edgars Kramiņš. - Rīga : SIA "Biznesa augstskola Turība", 2016. - 624 lpp. : cietie vāki. - (Komunikācijas bibliotēka ; Nr. 7). - Šīs grāmatas mērķis ir akcentēt un rosināt retorikas pamatzināšanu apguvi un runas prasmju attīstību kā vidusskolēniem un viņu skolotājiem, tā arī studentiem, augstskolu lektoriem, žurnālistiem, diktori, aktieriem, dziedātājiem un citu profesiju pārstāvjiem, realizējot savas sociālās lomas sabiedrībā.

Grāmata ir noderīga ikvienam, kurš izjūt nepieciešamību attīstīt savas balsis labskaņu, stabilizēt elpošanu un artikulāciju, pilnveidojot dikciju, likvidējot runas defektus un kaitīgos ieradumus.

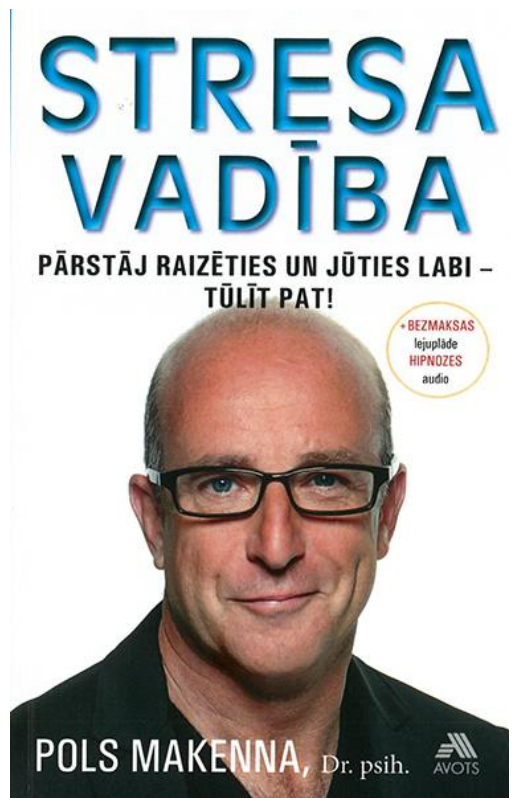
ISBN 9789934543043.



Lemešonoka, Inta.

Skolēnu un skolotāju pašizjūta skolā : rokasgrāmata skolotājiem / Inta Lemešonoka ; Guntas Plotkas grāmatas un grāmatas vāka dizains ; redaktore Inese Auziņa. - Rīga : Zvaigzne ABC, [2022]. - [Jelgava] : Jelgavas tipogrāfija. , ©2022. - 62, [1] lpp. : ilustrācijas, tabulas ; 30 cm. - Bibliogrāfija: 62. lpp. - Grāmatas mērķis ir piedāvāt skolotājiem, skolēniem un arī skolēnu vecākiem iepazīties ar faktoriem, kuri ietekmē skolēnu un skolotāju pašizjūtu skolā. Piedāvāti padomi un metodes, kā uzlabot pašizjūtu. Satura izklāstā izmantoti 2019. gadā un 2020. gadā anketēšanā un intervijās gūtie secinājumi par skolotāju, skolēnu un viņu vecāku savstarpējām attiecībām un skolēnu un skolotāju pieredzes stāsti.

ISBN 9789934096822



Makenna, Pols.

[Control Stress.]

Stresa vadība : pārstāji raizēties un jūties labi - tūlīt pat! / Dr.psih. Pols Makenna ; no angļu valodas tulkojusi Māra Rūmniece ; redaktore Aija Bremšmite. - Rīga : Avots, [2021]. , ©2021. - 169, [1] lpp. : ilustrācijas ; 20 cm. - Grāmata palīdzēs apgūt mierpilnas dzīves dzīvošanas pamatus un rast savu iekšējo spēku. Autors radījis vienkāršus un ikvienam izpildāmus vingrinājumus, kurus praktizējot, stress kļūs par pārvaramu šķērslī. Klausoties grāmatai klāt pievienoto meditātīvo hipnozes audio, tas palīdzēs pārprogrammēt prātu tā, lai iemācītos kontrolēt stresu, palielinātu iekšējo spēku veidot stabilas un laimīgas dzīves pamatus.

ISBN 9789934590375.

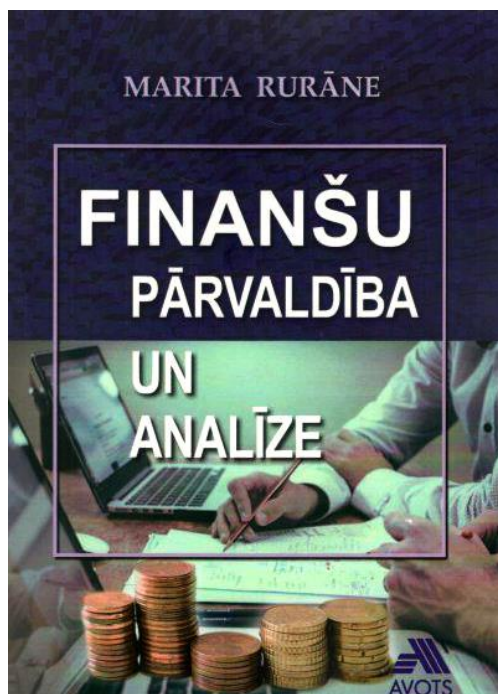


Kelmere, Laila.

Ievads grāmatvedībā jeb Grāmatvedības pamati: teorija un uzdevumi. - atkārtots un papildināts 2.izdevums. - Rīga : Lietišķās informācijas dienests, 2022. - 279 lpp. : tabulas ; 22 cm + 5 pielikumi. - (Balances bibliotēka (sērija). - Bibliogrāfija: 240.-243. lpp.

Grāmata paredzēta kā mācību un izziņas līdzeklis, lai nostiprinātu zināšanas un iemaņas grāmatvedības pamatos. Tajā ietverti piemēri, kas paskaidro atsevišķus grāmatvedības uzskaites pamatelementus, un uzdevumi ar atrisinājumiem. Materiāls veidots tā, lai pakāpeniski nostiprinātu iemaņas grāmatvedības uzskaites pamatprincipos.

ISBN 9789984896298.



Rurāne, Marita.

Finanšu pārvaldība un analīze / Marita Rurāne ; Lilijas Rimicānes mākslinieciskais noformējums ; redaktore Ilze Čerņevska. - Rīga : Avots, [2019]. - 258 lpp. : tabulas ; 20 cm. - Bibliogrāfija: 256. lpp. un zemsvītras piezīmēs. - Mācību līdzeklis ir izstrādāts, izmantojot Rietumu un Krievijas speciālistu teoriju un praksi finanšu lēmumu pieņemšanā, un tā saturu veido apvienotais lekciju kurss uzņēmuma finansēs un finanšu pārvaldībā. Grāmata palīdzēs risināt finansiālās problēmas, īpaši tās, kas skar finanšu plūsmu plānošanu un pārvaldīšanu, kā arī orientēties finanšu teorijā, analīzes tehnikā un finansiālajos modeļos.

ISBN 9789934534881.



Čiuprinskas, K.

Apkure, ventilācija, gaisa kondicionēšana : teorija un prakse / Kęstutis Čiuprinskas, Jolanta Čiuprinskiene, Violeta Motuziene. - Vilnius : Supernamai, 2019. - 416 lpp. : il.

ISBN 9786099596082.

Izdevums ir rekomendējams speciālistiem, kuri strādā būvinžinierijas, arhitektūras un nekustamā īpašuma jomās, kvalifikācijas paaugstināšanai, kā arī projektu vadītājiem, projektētājiem, privātajiem būvniekiem un mācību iestādēm. Izdevums noderēs arī individuālajiem lietotājiem, kuri plāno būvēt vai pārkārtot savu mājokli, palīdzēs iegūt sapratni par apkures, ventilācijas un gaisa kondicionēšanas sistēmām, to īpašībām un pieņemt efektīvus risinājumus. Iesaka: Lietuvas siltumsūkņu un ventilācijas sistēmu asociācija un Viļņas Ģedimina tehniskā universitāte.



VISS PAR KIBERPASAULI

KIBER ES

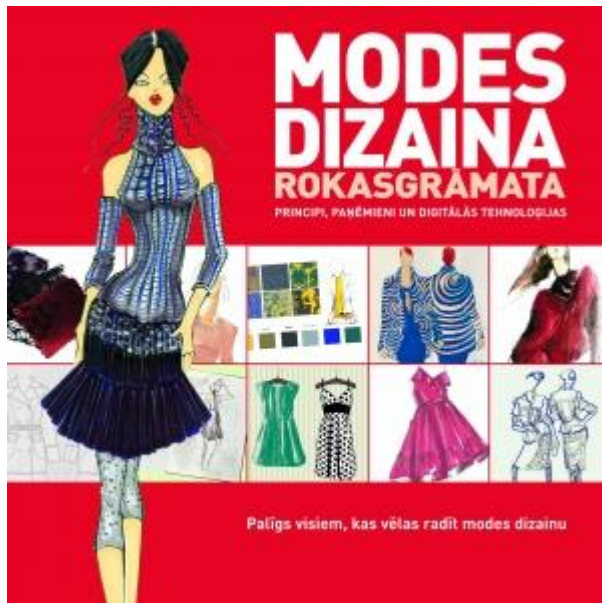


VALĒRIJS DOMBROVSKIS
LUĪZE BERGA

Dombrovskis, Valērijs.

Kiber Es : viss par kiberpasauli / Valērijs Dombrovskis, Luīze Berga ; vāka dizains un vizuālais noformējums: Oksana Kosterjova ; zinātniskais recenzents Dr.psych., Dr.paed. Mārtiņš Veide ; Latvijas Kiberpsiholoģijas asociācija. - Rīga : Ezerrozes grāmatas, 2021. , ©2021. - 143 lpp. : ilustrācijas ; 25 cm. - Bibliogrāfija: 134.-138. lpp. un alfabētiskais rādītājs: 139.-141. lpp. - Šī grāmata ir pirmais mēģinājums Latvijā dot iespēju lasītājiem pašiem kopā ar autoru izklāstītajām idejām sākt iepazīties ar kiberpsiholoģijas jomu un alternatīvu virtuālās un kiberpasaulas redzējumu.

ISBN 9789934600821.



Modes dizaina rokasgrāmata : principi, paņēmieni un digitālās tehnoloģijas : palīgs visiem, kas vēlas radīt modes dizainu / Džemija Ārmstronga, Vinss Ārmstrongs, Kerolaina Teithema, Džūljens Šimens ; no angļu valodas tulkojusi Stella Pelše ; redaktore Ilze Sausiņa. - Rīga : Zvaigzne ABC, 2014. - 160 lpp. : il., mīkstie vāki ; 22 x 22 cm. - Oriģ. nos.: Fashion design drawing course. - Rādītājs: 158.-159. lpp.

ISBN 9789934041532.