**Книжная полка. Литература о практическом опыте реабилитации инвалидов:**

[**http://tvoishag.com/biblioteka**](http://tvoishag.com/biblioteka)

**Качесов В.А. «Основы интенсивной самореабилитации»**

Информация, изложенная в книге, основывается на практическом опыте автора. В первой части книги описаны технологии интенсивной реабилитации пострадавших, имеющих травму спинного мозга в остром и отдаленном периоде травмы. Во второй части книги приводятся оригинальные сведения о патогенетическом обосновании мероприятий по реабилитации. Все примеры, приводимые автором, сопровождаются фотоматериалом, весь текст подается на доступном для понимания языке.

**Красов Л. «Одолевший неподвижность**»

Леонид Красов, после тяжелей травмы позвоночника, был обречен врачами на неподвижность и прикованость к инвалидному креслу. Но человек не смерился с поставленным прогнозом на выздоровление. Красов прошел путь методом проб и ошибок и приложил титанические усилия, чтобы вновь встать на ноги.

**Артем Моисеенко «Достигая невозможного»**

Эта книг написана инвалидом-колясочником. В ней автор рассказывает, что внутренний настрой и внутренний мир человека, не зависимо от имеющихся ограничений здоровья, имеет важное значение для выполнения поставленных целей.

Автор пишет о необходимости для инвалида-колясочника выхода из замкнутого пространства квартиры и ведения активного образа жизни. Книга «Достигая невозможного» написана простым и доступным языком, в ней отсутствуют непонятные термины и формулировки, а описанный авторский опыт вызывает восхищение читателя. Автор на своем примере рассказывает о методах реабилитации, которые использует сам и которые позволили ему жить в мире без границ.

**Иван Кузнецов «60 упражнений Валентина Дикуля + Методы активизации внутренних резервов человека = ваше 100% здоровье»**

Эта книга поможет вам пройти путем Валентина Дикуля. Вы найдете здесь не только описание упражнений, четкую методику тренировок, но и специальные упражнения, активизирующие внутренние, ментальные резервы здоровья, развивающие волю, создающие нужный настрой, который помогает организму трудиться и получать результаты.