

# Постернак Володимир Володимирович

Найкраща перемога для людини- це підкорити самого себе, бути ж підкореним собою нижче всього. (Платон)

## Порадник



### Як правильно сидіти

Навчитися правильно сидіти зовсім не важко. Неправильна поза може призвести до жахливих болів в спині, поясниці і шиї. Я зібрав поради як зручно і комфортно сидіти за комп'ютером

[Прочитати все >>>](#)



### Як працювати із торрентом?

Як почати користуватися технологією так званих мереж Peer-to-Peer на практиці? Як за допомогою торрента отримати реальні результати?

[Прочитати все >>>](#)

Контактна інформація:

тел. 067 208 59 21, учительська—0352 24 21 09, e-mail 55517@mail.ru

[Головна сторінка](#)

[Порадник](#)

[Проекти](#)

[Журнал](#)

[Календар](#)

[Фотогалерея](#)

[Дошка пошани](#)

[Відео](#)

[Головна сторінка](#)

[Порадник](#)

[Проекти](#)

[Журнал](#)

[Календар](#)

[Фотогалерея](#)

[Дошка пошани](#)

[Відео](#)