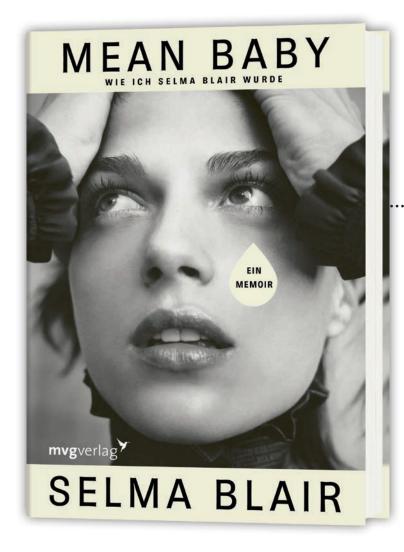
DAS PACKENDE MEMOIR DER BERÜHMTEN HOLLYWOODSCHAUSPIELERIN SELMA BLAIR ÜBER DAS ERWACHSENWERDEN: KRAFTVOLL, INTELLIGENT, WITZIG UND ZUTIEFST MENSCHLICH



BLAIR, SELMA

Mean Baby

Wie ich Selma Blair wurde. Ein Memoir

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 21.03.2023

- · »New York Times«-Bestseller
- Großes Presseinteresse: Selma Blairs berührende Geschichte über das Leben und ihre MS-Erkrankung
- Das erfolgreiche literarische Debüt einer rebellischen jungen Frau auf der Suche nach ihrer Identität

Selma Blair hat viele Rollen gespielt: von der naiven Unschuld in »Eiskalte Engel« bis hin zur Brandstifterin in »Hellboy«.

Sie war Muse von Karl Lagerfeld und setzt sich als Betroffene für die Multiple-Sklerose-Community ein. Aber zuallererst war Selma mit ihrem strengen Blick und ihrem wilden Haar bekannt als ... »mean baby« – und Selma machte sich daran, diesem Ruf gerecht zu werden. Rebellisch und unangepasst tat sie in ihrer Kindheit alles, um Aufmerksamkeit zu erregen. Trotz ihrer frühen Erfolge als gefeierte Schauspielerin und Model konnte sie die dunklen Seiten in ihrem Leben lange nicht abschütteln. In ihrem Memoir, das so erschütternd wie witzig ist, erzählt Selma Blair die fesselnde Geschichte ihres Erwachsenwerdens und der Suche nach sich selbst.

SELMA BLAIR Die Hollywoodschauspielerin Selma Blair wurde dem deutschen Publikum v. a. durch ihre Rollen in »Eiskalte Engel«, »Natürlich blond« und »Hellboy« bekannt. 2017 wurde sie unter anderen als »Silence Breaker«, die sich gegen sexualisierte Gewalt einsetzten, vom Magazin »Time« zur »Person of the Year« ernannt. Sie war außerdem 2021 Protagonistin des Dokumentarfilms »Introducing, Selma Blair«, der ihr Leben mit multipler Sklerose zeigt.

368 Seiten, $14,5 \times 21,5 \, \text{cm} \mid \text{Hardcover}$ ISBN 978-3-7474-0509-3 $\mid \text{Warengruppe } 1961$



REICHWEITENSTARKER AUTOR PRÄSENTIERT SEIN ERFOLGREICHES MINDSET-COACHING – DAS BUCH FÜR ALLE SINNSUCHER*INNEN



BLOOM, CHRIS

Und was, wenn es gut wird?

Wie du Selbstzweifel loswirst und das Leben lebst, das du dir wünschst

17,00 € (D), 17,50 € (A)

ET: 23.05.2023

- Große Reichweite: über
 65.000 Follower bei Instagram,
 2,1 Mio. Podcast-Downloads pro Jahr
- Unterhaltsam, fundiert und praxiserfahren: Der Autor ist ein Experte auf dem Gebiet der Persönlichkeitsentwicklung
- Für Leser*innen von Lars
 Amend, Laura Malina Seiler und
 Veit Lindau

Eine gescheiterte Beziehung, ein Job, der ihn nicht glücklich macht – in Chris Blooms Leben zerplatzt ein Traum nach dem anderen. Er hat das Gefühl, nur noch zu funktionieren, statt zu leben. Bis er die Flucht nach vorn antritt und sich fragt: Und was, wenn es am Ende gut wird? Anhand seiner eigenen Lebensgeschichte und den Learnings aus seiner Reise zu sich selbst erklärt der erfolgreiche HEARTset-Coach, Therapeut und Podcaster, wie wir wieder mit unserem wahren Selbst in Verbindung kommen. Er gibt Tipps, die dabei helfen, negative Glaubenssätze und blockierende Verhaltensmuster loszulassen und ein bewusstes und erfülltes Leben zu führen. Denn die wichtigste Beziehung ist die Beziehung zu uns selbst – dann klappt der Rest (fast) von allein!



CHRIS BLOOM ist erfolgreicher Podcaster, Coach und Therapeut. Mit 28 Jahren und einem MBA in der Tasche kam er voller Vorfreude aus den USA zurück – doch dann war plötzlich nichts mehr, wie es sein sollte. Seine langjährige Beziehung ging zu Bruch und Chris stand an einem Scheidepunkt: Folgt er seinem Herzensweg oder bleibt er in seinen alten Mustern treu? Seitdem lautet seine Mission: Liebe dich selbst und der Rest folgt! Mit mit seinem Podcast »Realtalk für deine Seele« erreicht er Zehntausende von Menschen.

208 Seiten, $13.5 \times 21.0 \, \text{cm} \mid \text{Softcover}$ ISBN 978-3-7474-0521-5 | Warengruppe 1481



DAS MANIFESTATIONS-JOURNAL ZUM »SPIEGEL«-BESTSELLER »SCHEISS AUF DIE GLÜCKSFEE! ICH MACH DAS JETZT SELBST«



ENGEL, CLAUDIA

Scheiß auf die Glücksfee! – Das Journal

Manifestiere dir Tag für Tag ein (noch) schöneres Leben

17,00 € (D), 17,00 € (A)

ET: 23.05.2023

- Aktuelles Trendthema
 Manifestieren: das kreative
 Ausfüllbuch, um Tag für Tag ein
 Traumleben zu manifestieren,
 mit vielen Übungen
- Über 40.000 verkaufte
 Exemplare von »Scheiß auf die
 Glücksfee!« 38 Wochen auf der »SPIEGEL«-Bestsellerliste
- Reichweitenstarke Autorin: bekannt u. a. aus RTL

Mit ihrem ersten Buch »Scheiß auf die Glücksfee! – Ich mach das jetzt selbst« begeisterte Bestsellerautorin Claudia Engel Tausende von Menschen und zeigte: Es ist ganz einfach, das Leben unserer Träume zu manifestieren. Auf ihre gewohnt humorvolle und lockere Art präsentiert die Glückstrainerin nun das praktische Journal zum Ausfüllen als Ergänzung zu ihrem ersten Manifestations-Ratgeber. So lernen wir Tag für Tag mit kleinen Aufgaben, witzigen Anekdoten und regelmäßigen Monatsthemen, das Gesetz der Anziehung optimal zu nutzen und unsere Gedanken positiv zu verändern. Mit diesem Journal wird das Manifestieren unserer Träume über Wochen trainiert und etabliert, bis es schließlich im Handumdrehen mit dem Parkplatz, dem Traummann oder dem neuen Job klappt.



CLAUDIA ENGEL ist Glückstrainerin und Coach. Ihr Erfolgspodcast »Glück in Worten« mit mehr als fünf Millionen Downloads gibt Impulse für einen glücklicheren Alltag. Nachdem sie sich selbst aus dem Karriere-Hamsterrad befreit und den Job als Fernsehjournalistin an den Nagel gehängt hat, zeigt sie heute unzähligen Menschen den Weg zum Glück mit einer Menge positiver Energie und einer Handvoll Konfetti. Aktuell lebt Claudia mit ihrem Mann und den drei Kindern in Spanien.

240 Seiten, 14,8 × 21,0 cm | Hardcover | 2-farbig ISBN 978-3-7474-0542-0 | Warengruppe 1919



INTIMES MEMOIR AM PULS DER ZEIT: BEKANNTES GESICHT DER LGBTQI+-SZENE, NADINE PRIMO, ÜBER ALTERNATIVE LEBENS- UND LIEBESMODELLE



PRIMO, NADINE

Konsens ist sexy

Von persönlichen Grenzen und weiblicher Lust

17,00 € (D), 17,50 € (A)

ET: 21.02.2023

- Social-Media-Trend: Interesse an queeren Themen und Bewusstsein dafür geht mittlerweile über LGBTQI+-Community weit hinaus
- Große Reichweite: Nadine
 Primo ist durch ihren InstaKanal, zwei Sexpodcasts, eine
 Kolumne und ihren Blog bekannt
 sowie außerdem als freie Autorin
 für große Medien tätig

Entgegen konservativen Vorstellungen zeigt Nadine Primo anhand ihrer eigenen Geschichte die Vielfalt an Lebensentwürfen auf, nach der sich vor allem die Generation Y sehnt. Von familiärer Identifikation über die sexuelle Orientierung bis hin zur individuellen Gestaltung von alternativen Beziehungskonzepten gibt sie dabei intime Einblicke in das Gefühls- und Datingleben einer jungen bisexuellen Frau. Sie ruft nicht nur dazu auf, alte Rollenbilder zu hinterfragen, sondern thematisiert auch mentale Gesundheit und ermutigt ihre Leser*innen, eigene Grenzen zu setzen und den Mut und das Selbstvertrauen zu finden, gesellschaftliche Rahmen zu sprengen.

NADINE PRIMO studierte nach dem Abitur an der Universität in Bonn Romanistik und Internationale Geschichte der Neuzeit. Mittlerweile lebt sie in Berlin und ist selbstständig als freie Autorin, Speakerin und Model tätig. Auf ihrem Blog und Instagram teilt sie persönliche Erlebnisse aus ihrem Alltag als bisexuelle Frau und spricht über alternative Beziehungskonzepte, anhaltende Ungerechtigkeiten im Patriarchat sowie mentale Gesundheit. Als Vertreterin der LGTBTQI+-Community schrieb sie die Kolumne »bi happy« für das »beziehungsweise Magazin«, hostete zusammen mit Ben den Sexpodcast »INTIM« für Eis.de und ist aktuell Redakteurin für den WDR-Sexpodcast »Ohjaaa«. Außerdem hat sie immer wieder TV-Auftritte.



DAS LEBEN IST KOMPLIZIERT GENUG: SO EINFACH MACHEN WIR ES EINFACHER – MIT DEN BESTEN FOKUSSIERUNGSTIPPS DES ANERKANNTEN PSYCHOLOGEN



WILLMANN, HANS-GEORG

Mach's mal anders!

Wie dein Leben leichter wird, wenn du dich auf das fokussierst, was wirklich zählt

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 21.02.2023

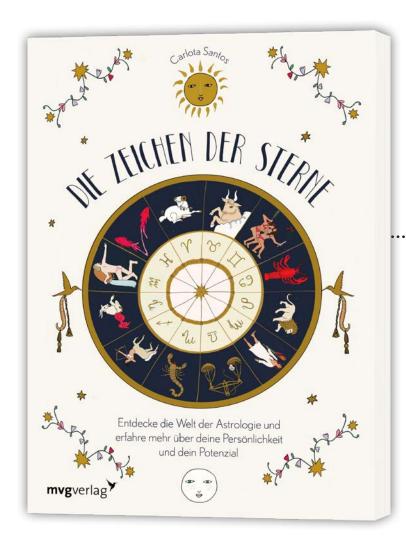
- Das Thema trifft einen Nerv:
 Unsere Lebenswelt wird immer komplexer in Zeiten von Krisen und ständig wachsender
 Unsicherheit
- Psychologisches Fachwissen verpackt in ganz einfach umsetzbare Impulse
- Spannende Geschichten und Learnings aus den Erfahrungen des Autors aus dem australischen Outback

Das Leben ist kompliziert geworden. Klimakrise, Pandemie, Konflikte, Energiekrise – viele Menschen haben das Gefühl, die Leichtigkeit im Leben verloren zu haben. Angesichts der scheinbar ständig zunehmenden Komplexität macht sich dann häufig Ohnmacht breit. Das muss nicht sein. Der Psychologe Hans-Georg Willmann hat auf seinen Reisen durchs australische Outback etwas Wichtiges gelernt: Unser Leben wird leichter und zufriedener, wenn wir uns auf das fokussieren, was für uns wirklich wichtig ist und was einen Unterschied macht. Davon, wie uns das gelingt, handelt dieses Buch. Eine unterhaltsame Lektüre voller konkreter und fundierter Impulse für mehr Leichtigkeit und Einfachheit im Leben.



HANS-GEORG WILLMANN ist
Diplom-Psychologe – und im Herzen
Abenteurer. Der selbstständige
Personalberater und zertifizierte
Coach bereist seit Jahrzehnten die
Welt und ist 2016 nach Australien
ausgewandert. Auf seinen Touren im
Outback erfährt er immer wieder,
wie überlebenswichtig es ist, sich
auf das Wesentliche zu fokussieren.
In seiner Coachingpraxis hilft er
Menschen u. a. dabei, Komplexität zu
reduzieren und mit mehr Leichtigkeit
erfolgreicher zu werden.

NOCH NIE WAR DAS TRENDTHEMA ASTROLOGIE SO SCHÖN: DER EINZIGARTIG ILLUSTRIERTE BESTSELLER AUS SPANIEN KOMMT ENDLICH AUF DEUTSCH



SANTOS, CARLOTA

Die Zeichen der Sterne

Entdecke die Welt der Astrologie und erfahre mehr über deine Persönlichkeit und dein Potenzial

17,00 € (D), 17,50 € (A)

ET: 25.04.2023

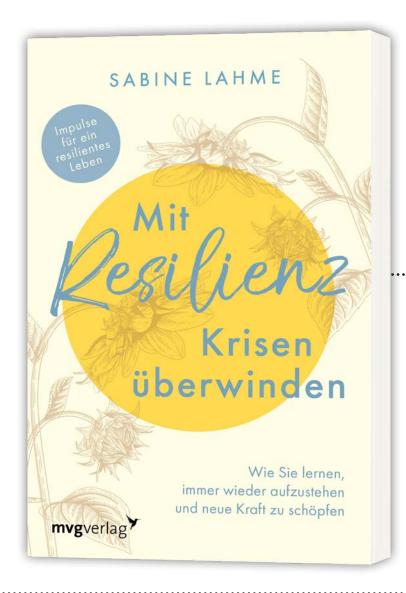
- Riesiger Erfolg im Ausland: Das Buch wurde über 14.000 Mal in Spanien verkauft und schon in fünf Länder lizenziert
- Großer Hype auf TikTok,
 Instagram & Co.: Astrologie und Horoskope boomen bei jungen
 Menschen
- Wunderschönes Geschenk für alle, die mehr über ihre
 Persönlichkeit herausfinden wollen

In diesem wunderschön illustrierten Astrologie-Handbuch führt die Autorin und Künstlerin Carlota Santos die Leser*innen auf eine Reise durch die Sternbilder. Enthalten sind ausführliche Sternzeichenprofile, die die wichtigsten Details abdecken, Zusammenfassungen der Persönlichkeiten, Kompatibilitätsdiagramme und die Struktur und Geschichte hinter jedem Sternzeichen – sowie Tarotkarten und Rituale, um die positiven Eigenschaften zu fördern. Für diejenigen, die tiefer gehen und ihr vollständiges Horoskop erforschen wollen, teilt Santos ihr umfangreiches Wissen: von den Beziehungen zwischen Planeten und ihren Herrschern, den Mondphasen bis hin zu den zwölf Häusern. Mit diesem umfangreichen Wissen können die Leser*innen ihr eigenes Geburtshoroskop erstellen.



CARLOTA SANTOS ist eine
Architekturstudentin und Illustratorin,
die in Spanien lebt. Im Jahr 2020
begann sie, auf Instagram unter dem
Namen »@carlotydes« Zeichnungen
zu Themen der Astrologie aus ihrer
eigenen Perspektive und mit einer
Prise Humor zu teilen. Mit Tausenden
von Followern rund um den Globus
ist Carlota Santos heute eine
lebendige und einzigartige Stimme
im Astrologie-Universum, die das
Thema auf visuelle Weise vermittelt.

TOPAKTUELLES THEMA MIT HOHER LESERNACHFRAGE: CORONA, KRIEG, INFLATION, ZUKUNFTSANGST – WIE WIR TROTZDEM GESTÄRKT DURCHS LEBEN GEHEN



LAHME, SABINE

Mit Resilienz Krisen überwinden

Wie Sie lernen, immer wieder aufzustehen und neue Kraft zu schöpfen. Impulse für ein resilientes Leben

17,00 € (D), 17,50 € (A)

ET: 25.04.2023

- Krisen und kein Ende selten mussten wir so resilient sein wie heute: Sabine Lahme zeigt, wie wir in Zeiten wie diesen stark bleiben können
- Die Autorin ist gefragte Expertin in den Medien, mit Auftritten u. a. in »Volle Kanne« (ZDF), »Punkt zwölf« (RTL), »SWR Nachtcafé«, »WDR aktuell«

Wo wir auch hinschauen: Wir sind umgeben von Krisen.
Ob Pandemie, Krieg oder Inflation – die Nachrichtenlage treibt vielen Menschen tiefe Sorgenfalten auf die Stirn. Dazu kommen die persönlichen Päckchen, die wir alle zu tragen haben. Da stellt sich vielen die Frage, wie all das noch gesund (!) zu bewältigen ist. Doch wer einmal hingefallen ist, kennt das: Erst mal schmerzt es, doch wenn es uns gelingt, wieder aufzustehen, wachsen wir und werden mit jedem Mal stärker. Wir werden resilient. Wie das geht, zeigt Sabine Lahme in diesem Buch, denn sie hat am eigenen Leib erfahren, was es heißt, von Neuem gehen zu lernen. Sie erklärt, was Resilienz ist, und zeigt praktische Wege und Übungen auf, wie wir lernen, unser Leben selbst in die Hand zu nehmen.



SABINE LAHME weiß, was es heißt, immer wieder aufzustehen und von Neuem gehen zu lernen. Im Kindes-, Jugend- und Erwachsenenalter hat sie selbst durch mehrere schwere Erkrankungen erfahren, was es bedeutet, resilient zu sein. Heute unterstützt sie als erfahrene Systemische Coachin, Mediatorin und Resilienz-Trainerin Menschen dabei, wieder in ihre Kraft zu kommen, um resilient zu sein. Sabine Lahme ist gefragte Expertin in den Medien, u. a. beim ZDF, RTL, WDR, SWR.

224 Seiten, 13,5 × 21,0 cm | Softcover ISBN 978-3-7474-0534-5 | Warengruppe 1481



DIE »LEBENSABENTEURER« HEIKO GÄRTNER UND TOBIAS KRÜGER SIND BEKANNT AUS TV UND PRESSE, U. A. ZDF, PRO7, RTL, NDR, BR SOWIE »MITTELDEUTSCHE ZEITUNG« UND »MANNHEIMER MORGEN«



GÄRTNER, HEIKO; KRÜGER, TOBIAS

Raus aus dem Alltag, rein ins Abenteuer!

50 Mikroabenteuer, die Spaß und Erfüllung bringen

18,00 € (D), 18,60 € (A)

ET: 21.03.2023

- Von zweien, die es wissen müssen: Heiko Gärtner und Tobias Krüger sind Survival-Experten und ausgebildete Wildnis-Trainer und leiten eine Wildnis-Schule
- 50 kleine und größere
 Abenteuer und wie man sie
 am besten angeht mit vielen
 konkreten Tipps zur Ausrüstung,
 Kosten, Dauer oder individuellen
 Variationsmöglichkeiten

Abenteuer zu erleben kommt in unserem Alltag leider oft viel zu kurz, dabei braucht man dafür gar nicht viel: Neugier, Lust auf mehr Abwechslung im Leben und die 50 spannenden Anregungen aus diesem Buch genügen schon. Das Beste daran ist: Wenn wir zum Abenteurer werden, verlassen wir unsere Komfortzone und erleben mehr Freiheit, Selbstwirksamkeit und persönliches Wachstum. Die 50 Mikroabenteuer bieten spannende und erprobte Anregungen, wie das ganz einfach gelingt, egal ob allein oder gemeinsam mit anderen. Ob Eisbaden, Stadtroulette spielen oder Lost Places erkunden: Die Autoren zeigen, wie es geht, was man dafür braucht und was zu beachten ist.

HEIKO GÄRTNER ist u. a. Höhlenretter,

Nationalparkranger und Survival-Experte. Seine Vita liest sich wie ein Krimi und er war bereits als Berater und Protagonist für unzählige Fernsehformate tätig. Er lebte für mehr als ein Jahr im Wald, besuchte verschiedene Naturvölker und wanderte 3300 Kilometer mit nichts als einer Steinzeitausrüstung. Gemeinsam mit Tobias Krüger hat er blind die Zugspitze bestiegen und ist 45.500 Kilometer zu Fuß und ohne Geld um die Welt gewandert.

TOBIAS KRÜGER ist Wildnis-Lehrer, Erlebnispädagoge und Abenteurer. Er lebte unter anderem bei einem Maya-Stamm in Guatemala und arbeitet seit vielen Jahren mit Heiko Gärtner im Bereich Wildnis, Survival, Umweltbildung und Naturmedizin zusammen. Dabei waren beide über 8 Jahre auf ihrer Weltreise ohne Geld unterwegs und haben 58 Länder durchwandert.



DIE WICHTIGSTE ZUKUNFTSKOMPETENZ UNSERER KINDER: SO LERNEN KINDER KRITISCHES DENKEN IM INFORMATIONSZEITALTER



BOGART, JULIE

Kluge Kids haben ihren eigenen Kopf

Wie Sie Ihren Kindern Sicherheit und kritisches Denken mit auf den Weg geben. Sicher mit Medien umgehen lernen

19,00 € (D), 19,60 € (A)

ET: 21.02.2023

- Instagram, TikTok und Co. –
 hier gibt es Orientierung für den richtigen Umgang mit der täglichen Informationsflut
- Umfangreiches Know-how und konkrete (Denk-)Übungen für jedes Alter
- Die Autorin verfügt über jahrzehntelange Erfahrung in der Bildung von Kindern

Kinder und Jugendliche sind heute ständig online und

bestens vernetzt. Dadurch prasseln aber auch permanent und ungefiltert Informationen auf sie ein. Wenn es für Erwachsene schon schwierig ist, Perspektiven richtig zu interpretieren, zwischen Nachrichten und Meinungen zu unterscheiden oder Überzeugungen, Vorurteile oder gar Fake News zu erkennen, wie können sie da ihren Kindern dabei helfen, einen kritischen Umgang mit Informationen zu lernen? Julie Bogart weiß: Heutzutage ist es für die Bildung wichtiger denn je, nicht nur Fachwissen zu vermitteln, sondern zu verstehen, wie und warum wir etwas glauben oder tun.

JULIE BOGART hat eine reiche Erfahrung beim Thema Bildung: Sie ist Mutter von fünf inzwischen erwachsenen Kindern, die sie 17 Jahre lang selbst unterrichtet hat. Als Gründerin von Brave Learner Home coacht und unterrichtet sie Eltern im Homeschooling. Darüber hinaus lehrte sie als außerordentliche Professorin Theologie an der privaten Xavier University in Cincinnati/USA.



MONTESSORI FÜR ZU HAUSE: ÜBER 70 SPIELE UND ÜBUNGEN FÜR DEN ALLTAG MIT STRUKTURIERTEN UND LEICHT VERSTÄNDLICHEN ANLEITUNGEN



PITAMIC, MAJA

Mit Montessori spielerisch die Welt entdecken: Sinneswahrnehmung, motorische Fähigkeiten und Kompetenzen für den Alltag

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 21.03.2023

- Das Motto »Hilf mir, es selbst zu tun« durch Montessori-Pädagogik in den Alltag integrieren: kindgerechte Erziehung zur Selbstständigkeit mit allen Sinnen erleben
- Beliebte Erziehungsratgeber mit großer Nachfrage: bereits über 70.000 verkaufte Montessori-Bücher

Die Nachfrage bei Eltern ist groß: Wie kann ich meinem Kind dabei helfen, selbstständig sein Umfeld zu erkunden, Fein- und Grobmotorik herauszubilden und die einzelnen Sinne zu erspüren? »Mit Montessori spielerisch die Welt entdecken: Sinneswahrnehmung, motorische Fähigkeiten und Kompetenzen für den Alltag« bietet viele anregende, lustige Spiele und Übungen für zu Hause, die Kleinkindern dabei helfen, ihre Umwelt besser zu erfassen. Durch 70 Übungen mit Schrittfür-Schritt-Anleitungen, die auf fundierten Erkenntnissen zur kindlichen Entwicklung beruhen, erwerben Kinder ab 2 Jahren mithilfe ihrer Vertrauenspersonen wichtige Alltagsfertigkeiten.



MAJA PITAMIC ist die Autorin von »Mit Montessori spielerisch die Welt entdecken: Sinneswahrnehmung, motorische Fähigkeiten und Kompetenzen für den Alltag«, »Mindful Mama, Happy Baby« und »I Can Do It«, die sich weltweit mehr als 100.000 Mal verkauften. Aus ihrer Feder stammen auch die Bücher »Modern Art Adventures« und »Fine Art Adventures«. Sie ist ausgebildete Montessori-Pädagogin und hat über 30 Jahre Lehrerfahrung mit Kleinkindern.



DIE BELIEBTE MONTESSORI-PÄDAGOGIK FÜR DIE ERSTEN SCHRITTE ZUM LESEN, SCHREIBEN UND RECHNEN – MIT ÜBER 70 SPIELEN UND ÜBUNGEN FÜR DEN ALLTAG



PITAMIC, MAJA

Mit Montessori spielerisch die Welt entdecken: Wörter und Zahlen

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 21.03.2023

- Steigende Nachfrage nach Montessori-Büchern als beliebte Ratgeber für die kindliche Entwicklung: kindgerechte Sprachförderung und spielerischer Umgang mit Zahlen für Kleinkinder
- Schreiben und Rechnen einfach gemacht ohne Zusatzmaterialien: Dieses Buch zeigt anschaulich, wie Sie Ihr Kind spielerisch in die Welt der Buchstaben und Zahlen einführen können

»Mit Montessori spielerisch die Welt entdecken: Wörter und Zahlen« hilft, Kindern auf inspirierende Weise und mit viel Spaß wichtige Sprach- und Rechenfertigkeiten näherzubringen. Auf der Grundlage fundierter Erkenntnisse zur kindlichen Entwicklung geben mehr als 70 Schrittfür-Schritt-Anleitungen Kindern im Kindergartenalter das Rüstzeug, um mit dem Lesen, Schreiben und Rechnen zu beginnen, und wecken ihre Liebe zu Wörtern und Zahlen. Ein praktisches Anleitungsbuch für die ersten Schritte zum Lesen, Schreiben und Rechnen – mit beliebten Übungen aus der Montessoripädagogik.



MAJA PITAMIC ist die Autorin von »Mit Montessori spielerisch die Welt entdecken: Sinneswahrnehmung, motorische Fähigkeiten und Kompetenzen für den Alltag«, »Mindful Mama, Happy Baby« und »I Can Do It«, die sich weltweit mehr als 100.000 Mal verkauften. Aus ihrer Feder stammen auch die Bücher »Modern Art Adventures« und »Fine Art Adventures«. Sie ist ausgebildete Montessori-Pädagogin und hat über 30 Jahre Lehrerfahrung mit Kleinkindern.



NACH WALDBADEN DER NEUE NATURTREND – KRAFT SCHÖPFEN MIT DEN VIER ELEMENTEN



MAAS, ANITA

Dein Natur-Retreat

Mit den vier Elementen zu innerer Ruhe und Kraft finden

16,00 € (D), 16,50 € (A)

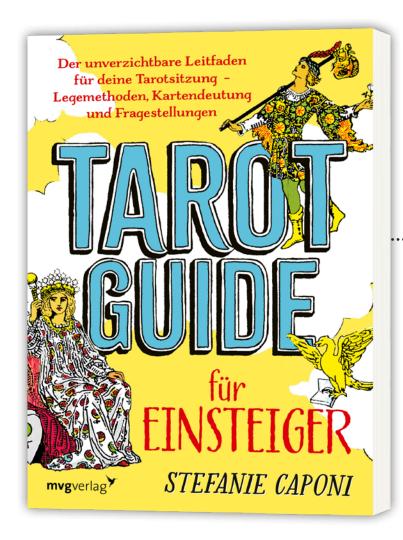
ET: 25.04.2023

- Einzigartiger spiritueller Natur-Ratgeber für Fans von Jennie Appel und Wolf-Dieter Storl
- Praktischer Ansatz: mit vielen Übungen, Ritualen und einem Elemente-Typ-Test
- Anita Maas ist Autorin,
 Herausgeberin eines
 erfolgreichen spirituellen
 Magazins und Natur-Coach

Allzu leicht lassen wir uns ablenken und sind mit unseren Gedanken ständig in der Zukunft. Dadurch verlieren wir den Zugang zu uns selbst und unserer wahren Natur. Wenn wir uns auf die vier Elemente Feuer, Erde, Wasser und Luft besinnen und uns mit ihnen verbinden, können wir Ruhe und Kraft in der Natur finden. Natur-Coach Anita Maas präsentiert die vier Elemente mit ihren jeweiligen Qualitäten und stellt den Bezug her, wie sich diese Elemente in unserem täglichen Leben bemerkbar machen. Sie erklärt, woran wir erkennen, dass uns ein Element fehlt, und wie wir es stärken können, denn die Balance aller Elemente, sowohl in der Natur als auch in uns, verspricht Harmonie und Zufriedenheit. Mit einfachen Übungen, Natur-Ritualen und Beispielen für Pflanzen und Kraftorte liefert das Buch praktische Anleitungen, um sich mit den Elementen zu verbinden. Mit dem Test »Welcher Elemente-Typ bin ich?« können die Leser*innen sich schnell erkennen. So dient das Buch dazu, die Grundbausteine der Natur und ihr Zusammenwirken auf einer tiefen Ebene zu erfassen, und ermöglicht den leichten Einstieg in die Naturverbundenheit.



DAS IDEALE EINFÜHRUNGSWERK ZUM NEUEN TAROT-TREND IN DEN SOCIAL MEDIA – ALLES WISSENSWERTE ÜBER DAS LEGEN UND DEUTEN DER WEGWEISENDEN KARTEN



CAPONI, STEFANIE

Tarot-Guide für Einsteiger

Der unverzichtbare Leitfaden für deine Tarotsitzung – Legemethoden, Kartendeutung und Fragestellungen

14,00 € (D), 14,40 € (A)

ET: 20.06.2023

- Klassischer Einstieg in die Tarot-Welt: mit den Originalkartenbildern von Rider Waite
- Anfängerfreundliche Schrittfür-Schritt-Anleitungen für die unterschiedlichen Legesysteme und die Ziehung der Karten
- Zahlreiche einfache Übungen, um die eigene Intuition zu stärken und das erlernte Wissen praktisch anzuwenden

Egal, ob Fragen zu den Themen Liebe, Karriere, zwischenmenschliche Beziehungen oder persönliche Entwicklung – in den insgesamt 78 Tarotkarten lassen sich mit dem richtigen Know-how Antworten auf alle wichtigen Fragen des Lebens finden. Mit diesem umfassenden Leitfaden gibt die Tarot-Expertin Stefanie Caponi ihr Wissen, verständlich für Anfänger aufbereitet, weiter. Mithilfe ausführlicher Erklärungen zur Bedeutung der einzelnen Karten, schlüssiger Erläuterungen der Legesysteme und inspirierender Impulse zur Selbstreflexion bringt sie ihren Lesern die Magie des Tarot näher. So kann jeder sich selbst und seine Gaben ganz neu entdecken und findet Hilfe bei schwierigen Lebensentscheidungen.

STEFANIE CAPONI ist eine professionelle Tarot-Leserin mit mehr als 20 Jahren Erfahrung. Sie gründete ihr Unternehmen, nachdem sie ihr Tarotdeck, das »Moon Void Tarot«, entwickelt hatte. Ihre Arbeit konzentriert sich auf die Erforschung von Schattenarbeit, Heilung und Kreativität, wobei sie das Tarot als Mittel einsetzt, um Zugang zu den verborgenen Bereichen des Selbst zu erhalten. Stefanie wohnt mit ihrem Partner Sean und ihren beiden Katzen Onyx und Luna in Brooklyn.



NACH DEM ERFOLG VON »SCHEISS AUF DIE GLÜCKSFEE« KOMMT JETZT DIE PASSENDE SPIRITUELLE ERGÄNZUNG ALS GESCHENKBUCH VON G. THACKRAY



THACKRAY, GILL

Manifestieren – Lass deine Wünsche Wirklichkeit werden

14,00 € (D), 14,40 € (A)

ET: 21.03.2023

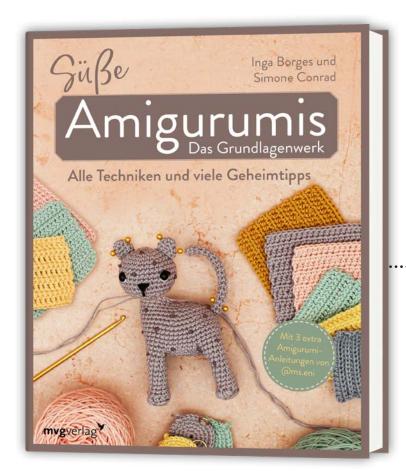
- Manifestation ist der neueste Trend im Ratgeberbereich
- Mit vielen kurzen Übungen, die für jeden leicht umsetzbar sind
- Wunderschön gestaltetes Geschenkbuch für Mind-Body-Spirit-Fans

Wir alle haben selbst die Macht darüber, das Leben zu leben, das wir uns wünschen – indem wir unser Denken über uns selbst und unsere Fähigkeiten verändern. Gill Thackray zeigt, wie wir lernen, das Gesetz der Anziehung für uns zu nutzen und alles zu manifestieren, was wir uns erträumen. Ob wir unsere persönliche Bestimmung finden, einer Vision folgen oder Gewohnheiten ändern wollen, dieses Buch bietet Tipps und viele kleine Übungen dazu, wie wir die unterstützenden Kräfte des Universums in unser Leben einladen und so im Einklang mit diesem leben können.

GILL THACKRAY ist Achtsamkeitslehrerin, Wirtschaftspsychologin, Coach und Autorin. Sie hat einen Master of Science in Achtsamkeitsstudien und ist von der International Mindfulness Teachers Association akkreditiert. Darüber hinaus bildet sie sich ständig weiter, z. B. in transpersonaler Psychologie und Energiemedizin. Sie hat u. a. mit den UN, Spotify und der London School of Economics zusammengearbeitet, um Leistung, Innovation und Strategie zu verbessern.



DAS 1. GRUNDLAGENWERK ZUM GROSSEN AMIGURUMI-TREND AUF DEM DEUTSCHEN BUCHMARKT



BORGES, INGA; CONRAD, SIMONE

Süße Amigurumis – Das Grundlagenwerk

Alle Techniken und viele Geheimtipps – Mit 3 extra Amigurumi-Anleitungen von @ ms.eni

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 21.03.2023

- Umfangreiches
 Nachschlagewerk für das Häkeln
 von Amigurumis einer der
 Autorinnen der »SPIEGEL« Bestseller-Reihe »Helden der
 Kindheit«
- Alles dabei: Material- und Werkzeugkunde, Häkelmaschen und -techniken sowie Effekte und Verzierungen

Der Amigurumi-Trend ist nicht aufzuhalten – die Ideen für die niedlichen Häkelfiguren sind endlos. Mit der richtigen Anleitung kann jeder das perfekte Amigurumi häkeln! Egal ob man gerade erst in dieses tolle Hobby eingestiegen ist oder ob man schon ein paar Stunden an der Häkelnadel hinter sich hat: »Süße Amigurumis – Das Grundlagenwerk« bietet das geballte Amigurumi-Wissen in einem Buch, denn die klassischen Grundlagenteile in Anleitungsbüchern bieten oft nur die Basics für den Anfang. Doch für ein richtig gelungenes Amigurumi braucht es die wahren Geheimtipps und Expertentricks. Inga Borges, die Autorin der erfolgreichen Reihe »Helden der Kindheit«.



SIMONE CONRAD ist Häkel- und DIY-Bloggerin. Neben ihrem sehr technischen Beruf und dem Leben mit drei Kindern braucht sie einen kreativen Ausgleich. Dadurch kann sie am besten entspannen und auch anderen eine Freude machen, wenn sie ihre Anleitungen mit ihnen teilt. Sie hat bisher unzählige Amigurumis gehäkelt, die sie gerne selbst behält, aber ab und zu mit ihren Kindern teilen muss.



DER NEUE DIY-TREND – TERRAZZO-PROJEKTE GIESSEN



DARGEL, JENNIFER

Terrazzo-Dekoideen einfach selber gießen

Mehr als 15 DIY-Projekte mit allen Grundlagen und -techniken

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 21.02.2023

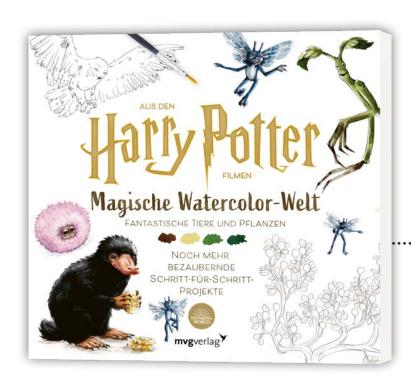
- Wunderschöne DIY-Projekte, perfekt geeignet zur Deko oder als Geschenk
- Alle wichtigen Grundlagen und -techniken mit zahlreichen
 Abbildungen machen den Einstieg einfach
- 15 wunderschöne Terrazzo-Projekte mit ausführlichen Schritt-für-Schritt-Anleitungen – Untersetzer, Blumentopf u. v. m.

Ganz große Terrazzo-Liebe! Überall sieht man gerade wunderschöne Objekte in der Fliesensplitteroptik und nun können DIY-Begeisterte eigene Terrazzo-Projekte selbst gießen. Mit allen Basics und Techniken in dem ausführlichen Grundlagenteil wird man im Nu zum Terrazzo-Profi – mit nützlichen Tipps & Tricks! Eine facettenreiche Auswahl an Projekten: Schmuckschalen, Untersetzer, Blumentöpfe und -vasen, Tablett, Kerzenständer, Seifenschale und vieles mehr.



JENNIFER DARGEL Hinter
dem 2017 gegründeten Label
»Sonntagskreativität« steht die
Künstlerin Jennifer Dargel, die
sich 2022 mit der Eröffnung
ihres eigenen Kreativ-Ateliers in
Düsseldorf einen Kindheitstraum
erfüllt hat. Hier entwirft sie moderne
Stickkunst, repariert Kleidung, gießt
Terrazzokeramik, webt große und
kleine Wandteppiche und vieles
mehr. Aber das macht sie nicht
ausschließlich, in Workshops – online
und vor Ort – bringt sie anderen das
kreative (Hand-)Arbeiten bei.

BESTSELLER-GARANT HARRY POTTER TRIFFT AUF WATERCOLOR-TREND MIT MOTIVEN AUS DEM MAGISCHEN TIER- UND PFLANZENREICH



AUDOIRE, TUGCE

Magische Watercolor-Welt – Fantastische Tiere und Pflanzen

Noch mehr bezaubernde Schritt-für-Schritt-Projekte

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 23.05.2023

- Das perfekte Geschenk für Zauberer, Hexen und Muggel
- Hedwig, die Eule, Niffler,
 Dobby, der Hauself: 32 kreative
 Motive aus der Harry-Potter Welt Schritt für Schritt erklärt –
 für Anfänger, Geübte und Profis
- Hochwertige Ausstattung:
 Heraustrennbare Seiten aus
 Aquarellpapier sorgen für
 langlebigen Watercolor-Spaß

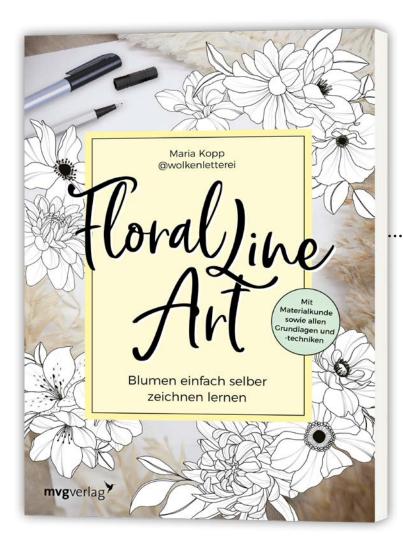
Magische Kreaturen und Pflanzen der Zaubererwelt in einem Aquarellbuch zum Nachmalen, welches 32 neue Aquarellprojekte enthält, die aus »Harry Potter« und »Phantastische Tierwesen« inspiriert sind. Der Nachfolger von »Harry Potter – Magische Watercolor-Welt« zeigt 32 malfertige Aquarellprojekte aus der Tier- und Pflanzenwelt des Zaubereruniversums – von Hedwig über Seidenschnabel bis hin zu Aragog. Jedes Projekt enthält ein vollständig ausgemaltes Beispielbild, das den Einstieg erleichtert, sowie eine Liste der benötigten Materialien und Farben. Anhand von Schritt-für-Schritt-Anleitungen gelingt das Nachmalen ganz leicht. Das Buch enthält zudem 64 Seiten perforiertes Aquarellpapier mit zarten Bleistiftskizzen zu jedem Projekt.

TUGCE AUDOIRE wurde in Ordu im Norden der Türkei geboren. Ihr ganzes Leben lang war sie von der Natur fasziniert und davon, wie die Perspektive und der Blickwinkel die Realität verändern können. Natürlich wurde sie von der Kunst angezogen, insbesondere von der Malerei. Während sie als Animatorin arbeitete, entdeckte sie ihre Liebe zur Aquarellmalerei und stellte ihre Werke in der Türkei, der Tschechischen Republik und Frankreich aus. Tugce lebt derzeit in Brasilien und arbeitet als Illustratorin und Animatorin. Ihre Inspirationen und ihr Wissen über Kunst teilt sie auf ihrem YouTube-Kanal.

128 Seiten, 24,7 \times 22,2 cm | Softcover | 4-farbig ISBN 978-3-7474-0538-3 | Warengruppe 1413



LINE ART IST DER TREND, DER GERADE DIE GANZE KREATIVE SOCIAL-MEDIA-WELT BEHERRSCHT



KOPP, MARIA

Floral Line Art

Blumen einfach selber zeichnen lernen – mit Materialkunde sowie allen Grundlagen und -techniken

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 21.03.2023

- Ausführlicher Grundlagenteil zur Einführung in die Line-Art-Technik
- Pflanzen und -kompositionen
 können nachgezeichnet werden
 Lilien, Anemonen, Monstera,
 Farn, Pfingstrosen u.v.m.
- Absolut vielseitige Motive für Grußkarten, Poster, Notizbücher – und sogar für Schuhe und Wände

Blumen zeichnen im Line-Art-Stil ist ganz einfach! Man braucht nur Papier und einen Fineliner und schon kann es losgehen. Im Grundlagenteil werden alle wichtigen Basics der Line-Art-Technik vermittelt sowie praktische Aufwärmübungen für die Hände gezeigt. Im Projektteil warten viele schöne Pflanzenmotive darauf, nachgezeichnet zu werden. Die floralen Motive finden in diversen Bereichen ihren Einsatz: Ob Grußkarten, Poster, Wände oder Schuhe – es ist alles möglich!



MARIA KOPP ist in der schönen Altmark aufgewachsen und hatte in ihrer Schulzeit mit Kunst nicht viele Berührungspunkte. Nach dem Abitur studierte sie zwei Semester Betriebswirtschaftslehre, bevor sie eine Ausbildung als Hörakustikerin begann, Nach ihrer Gesellenprüfung hat sie direkt ihr Meisterstudium gestartet und 2017 erfolgreich abgeschlossen. Inzwischen ist sie als Fachgeschäftsleitung tätig. Im Lockdown 2020 hat sie mit Handlettering angefangen, aber mit Line Art ihre Leidenschaft entdeckt. Sie gründete direkt »Die Wolkenletterei« und gibt seitdem

DIE WUNDERVOLLEN MOTIVE AUS »GEHEIME RÄUME« VON BESTSELLERAUTORIN JOHANNA BASFORD GIBT ES NUN AUCH ALS 24 POSTKARTEN ZUM AUSMALEN UND VERSCHICKEN



BASFORD, JOHANNA

Geheime Räume

24 Postkarten zum Ausmalen

7,00 € (D), 7,20 € (A)

ET: 21.02.2023

- Doppelte Freude: zuerst beim Ausmalen und dann beim Aufhängen oder Verschicken der Postkarten
- Unglaublicher Longseller-Erfolg: bereits über 500.000 verkaufte Exemplare von Basford-Malbüchern

Mit ihren Bestseller-Malbüchern und ihren unverwechselbaren Illustrationen hat Johanna Basford Millionen von Menschen auf der ganzen Welt verzaubert. Jetzt nimmt die Künstlerin ihr Publikum mit nach innen und lädt es ein, die Wunder magischer Räume zu erkunden. Auf den Postkarten sind mal ein geheimer Schlüssel und mal eine verschlossene Tür versteckt, die es zu finden gilt, um in den nächsten Raum zu gelangen. Ein Edelsteinzimmer, eine Landhausküche, eine Zauberwerkstatt oder ein opulenter Festsaal sind nur einige der kuriosen und verwunschenen Räume, die darauf warten, kreativ gestaltet zu werden. Ein weiteres aufregendes Malabenteuer mit vielen Überraschungen und kleinen Details für alle Ausmalfans.



JOHANNA BASFORD Nachdem Johanna Basford 2005 ihr Textildesign-Studium erfolgreich abschloss, traute sie sich nach einer Weile, ihr eigenes Studio zu eröffnen. Dort stellte sie jedoch fest, dass sie nicht fürs Verkaufen geschaffen ist, sondern lieber zeichnet. Daher hat sie angefangen, als selbstständige Illustratorin zu arbeiten. 2013 wurde dann ihr Malbuch »Mein verzauberter Garten« ihr erster Megabestseller.

BESTSELLERAUTORIN AUS UK: AUSSERGEWÖHNLICHER AUSMALSPASS MIT UNBEKANNTEM ANFANGSMOTIV



FARNSWORTH, LAUREN

Pixel für Pixel – Das erstaunliche Ausmalbuch

Fantastische Tiere

10,00 € (D), 10,30 € (A)

ET: 24.01.2023

- 30 wunderschöne Tiermotive zum Ausmalen, die man schließlich Pixel für Pixel sehen kann
- Ein Ausmalspaß sowohl für Kinder als auch für Erwachsene zum Entdecken und Kreativsein
- Ausmalspaß Malen nach Zahlen: Nummerierte Formen anhand der dazugehörigen Farbtabelle ausmalen und das versteckte Tierbild entdecken

Einzelne Pixel werden farbig ausgemalt und schon kann man das versteckte Tierbild entdecken! Das Malbuch ist für alle, die eine kreative Herausforderung suche. Die nummerierten Kreise, Quadrate, Dreiecke und Sechsecke werden anhand der dazugehörigen Farbtabelle ausgemalt und Schritt für Schritt wird das versteckte Bild freigelegt. Eine fantastische Auswahl von 30 Tieren wird bereitgehalten – vom Pfau über den Bienenstock bis hin zu Löwen ist alles dabei. »Pixel für Pixel – Das erstaunliche Ausmalbuch« bietet eine einzigartige Herausforderung beim Ausmalen und stundenlangen kreativen Spaß!

LAUREN FARNSWORTH lebt an der Küste von Essex und arbeitet seit über 15 Jahren im Verlagswesen, nachdem sie am Central Saint Martins College of Art and Design ihren Abschluss gemacht hat. Sie ist Redaktionsleiterin und Illustratorin bei Buster Books in Clapham. Sie hat an einer Reihe sehr erfolgreicher Bücher gearbeitet, darunter die »Colourtronic«-Reihe, die in 13 Sprachen veröffentlicht wurde und sich im Vereinigten Königreich über 67.800 Mal verkauft hat.



EX-BIATHLETIN LAURA DAHLMEIER ÜBER IHRE GROSSE LEIDENSCHAFT: DAS BERGSTEIGEN



DAHLMEIER, LAURA; KUČERA, FRANZISKA

»Wenn ich was mach, mach ich's gscheid«

Über Herausforderungen, die Freiheit in den Bergen und warum es wichtig ist, sein Ding durchzuziehen

18,00 ∈ (D), 18,60 ∈ (A)

ET: 21.02.2023

- Ein starkes Plädoyer dafür, die eigenen Träume Wirklichkeit werden zu lassen
- Große Reichweite: 160.000
 Follower auf Instagram sowie
 180.000 Facebook-Fans
- Hohes Medieninteresse:
 Die Autorin steht für Presse zur Verfügung und als TV-Expertin (ZDF) im Fokus der Öffentlichkeit

Laura Dahlmeier – das ist die erfolgreiche Biathletin und Olympiasiegerin, die sich mit nur 25 Jahren aus dem Leistungssport zurückzog. Eine strahlende Siegerin im Licht der Sportberichterstattung. Was kaum einer weiß: Biathlon war immer nur ein Teil ihres Lebens. Lauras große Leidenschaft gehört den Bergen. Aufgewachsen in Garmisch wurde sie von ihren Eltern früh an diese herangeführt. Beim Klettern und auf Skiern blieb sie dem Bergsport auch während ihrer Karriere im Biathlon treu. Ein enormer Spagat, wie sie heute gesteht. In ihrem Buch berichtet sie von riskanten Touren und gewaltigen Wänden. Spricht offen über die Gefahren, die der Alpinismus mit sich bringt, und erläutert die Gründe für ihren Rückzug vom Profisport.



in Garmisch-Partenkirchen geboren, gewann als Biathletin den Gesamtweltcup (2016/17) und sieben Goldmedaillen bei Weltmeisterschaften. Auf dem Höhepunkt ihrer Karriere wurde sie 2018 in Pyeongchang zweifache Olympiasiegerin.

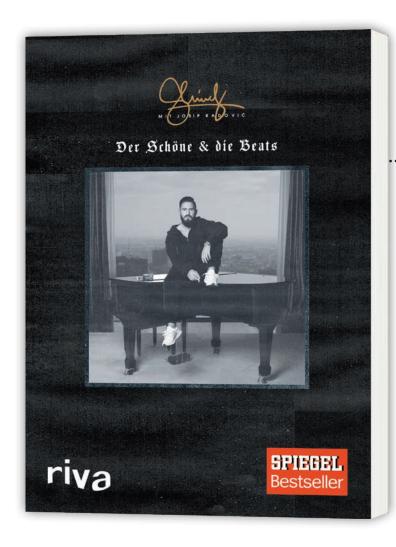


FRANZISKA KUČERA, 1982 geboren und in Oberbayern aufgewachsen, ist von Kindesbeinen an in den Bergen unterwegs. Sie hat viele Jahre als Redakteurin das Bergmagazin »alpinwelt« mitgestaltet. Inzwischen entwickelt und betreut sie im Redaktionsbüro DiE WORTSTATT unterschiedliche Medienproiekte.

224 Seiten, $13.5 \times 21.0 \, \text{cm} \mid \text{Softcover}$ ISBN 978-3-7423-2176-3 | Warengruppe 1971



ALLE ALBEN DES MEISTGEHYPTEN DEUTSCHEN RAPPERS WAREN AUF PLATZ 1 DER CHARTS



SHINDY; RADOVIC, JOSIP

Der Schöne und die Beats

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 21.03.2023

- Der Skandalsong »Stress
 ohne Grund« machte Shindy
 berühmt. Er ist auf einem der
 erfolgreichsten deutschen
 Plattenlabel Bushidos Label
 ersguterjunge erschienen
- Erstmals gewährt Shindy einen persönlichen Blick hinter die Kunstfigur und räumt mit den gängigen Mythen um seine Person auf: Mafia, Sex und Drogen

Vom Hate zum Hype zum modernen Klassiker: Shindy ist ein Phänomen. Sein Weg führte ihn aus der schwäbischen Provinz an die Spitze der deutschen Charts. Von seinen ersten Versuchen als Rapper arbeitete er sich hoch, bis er schließlich von Bushido unter Vertrag genommen wurde. Mittlerweile ist er ein Superstar der deutschen Hip-Hop-Szene. Mit dem Skandalsong »Stress ohne Grund« beherrschte er wochenlang die Schlagzeilen der Republik. Mit seinen Alben »NWA« und »Fuck Bitches Get Money« revolutionierte er anschließend den Deutschrap, erklärte die Ignoranz zum Prinzip und verkörperte mit seinem Mix aus Style und Sound den Prototyp eines modernen Popstars. Seine Alben stürmten nicht nur die Chartspitze, sie erreichten Goldstatus.



SHINDY, bürgerlich Michael Schindler, wurde 1988 in Bietigheim-Bissingen geboren. Mit zwölf Jahren begann er zu rappen, wurde ein paar Jahre später bei Bushidos Label ersguterjunge unter Vertrag genommen und veröffentlichte bislang drei Alben, die alle die Spitze der deutschen Charts erreichten.

JOSIP RADOVIĆ, geboren1984 in Bosnien, kam mit neun Jahren als Flüchtling nach Deutschland. Nach dem Abitur in München studierte er Publizistik in Wien. Er war Chefreporter des »GQ Magazins« und hat als Ghostwriter von Shindy und Lukas Rieger zwei Nummer-1-Bestseller geschrieben. Heute arbeitet er freiberuflich als Journalist und Berater.

240 Seiten, 14,8 × 21,0 cm | Hardcover ISBN 978-3-7423-2367-5 | Warengruppe 1961



ZUNAS PACKENDE UND BEWEGENDE FLUCHTGESCHICHTE BEWEIST: WER AN SEINEN TRÄUMEN FESTHÄLT, KANN ALLES ERREICHEN



ZUNA; SAND, DENNIS; FRENZEL, NILS

Richtung Paradies

Von den Blocks aus Baalbek zum Traum von Heimat, Gold und Macht

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 23.05.2023

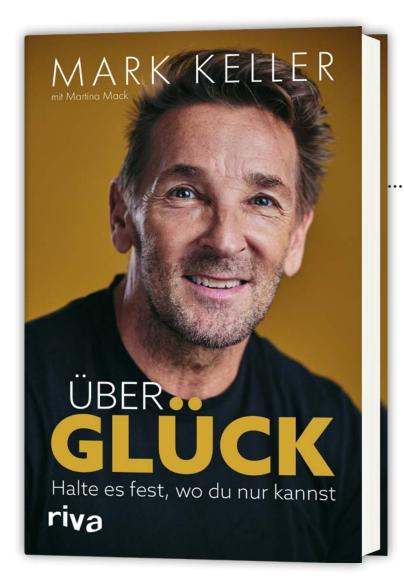
- Geballte Social-Media-Power mit über 2,2 Mio. monatlichen Spotify-Hörern und über 820.000 Instagram-Abonnenten
- Mit exklusivem Song zum Buch

»Im Moment meiner größten Verzweiflung wurde mir klar: Ich muss diesen Weg zu Ende gehen. Egal, was kommt. Immer weiter. Immer Richtung Paradies.« Als Teil der KMN Gang revolutionierte er den Sound von Deutschrap. Doch sein Aufstieg war keine Selbstverständlichkeit. Zuna, bürgerlich Ghassan Ramlawi, wird in einem kleinen Dorf im Libanon geboren. Ein Leben, vorgezeichnet in Armut und Kriminalität, will die Mutter nicht akzeptieren und begibt sich mit den vier Söhnen auf eine verstörende, fast zehn Jahre andauernde Odyssee von Togo über Frankreich, die Schweiz bis nach Deutschland. In seiner Autobiografie berichtet Zuna erstmals von seinen traumatischen Erfahrungen.

DENNIS SAND, geboren 1985 in Bonn, ist Journalist und arbeitet für die »WELT«-Gruppe. Zuvor hat er für überregionale Medien wie »Die Zeit«, den »Stern«, die »Süddeutsche Zeitung« und das »Rolling Stone«-Magazin geschrieben. Als Ghostwriter veröffentlichte er mehrere Bücher, die sich monatelang auf den Bestsellerlisten hielten. Sand lebt in Berlin und Hamburg.



»BERGDOKTOR«-STAR MARK KELLER ÜBER DAS WICHTIGSTE IM LEBEN – DAS GROSSE UND KLEINE GLÜCK



KELLER, MARK; MACK, MARTINA

Über Glück

Halte es fest, wo du nur kannst

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 25.04.2023

- Starke Einschaltquoten von »Der Bergdoktor«: bis zu
 20 Prozent Marktanteil und sieben Millionen Zuschauer pro Sendung
- Große Reichweite: 165.000
 Follower auf Instagram,
 100.000 Facebook-Fans,
 40.000 Follower auf TikTok
- Breites Medieninteresse: Der Autor steht für Presse zur Verfügung

Glück ist ein schillernder und unsteter Gefährte. Es begegnet uns in verschiedenen Gewändern und ist oft flüchtig wie Sonnenstrahlen, die sich in einem herbstlichen Wald brechen.

Und manchmal muss man genau hinsehen, um es zu erkennen. Der Schauspieler Mark Keller kennt sich bestens aus mit dem Glück, das bekanntermaßen oft mit seinem missratenen Bruder, dem Unglück, einhergeht. In seinem berührenden Buch erzählt er vom Glück, ein Glückskind zu sein – obwohl seine Mutter früh starb und seine Kindheit mitunter von Mangel geprägt war. Er berichtet vom größten Glück der Vaterschaft und vom unfassbaren Glück, zur rechten Zeit am rechten Ort zu sein, und davon, wie eine Nebenrolle wie die des Dr. Kahnweiler in »Der Bergdoktor« zum puren Glücksfall werden kann.

MARK KELLER, 1965 in Überlingen geboren, ist Schauspieler und Sänger. Bekannt wurde er durch seine Rolle des Kommissar André Fuchs in der Kultserie »Alarm für Cobra 11 – Die Autobahnpolizei«. Keller spielte in unzähligen Fernsehserien, TV- und Kinofilmen. Seit 2008 verkörpert er Dr. Kahnweiler in der Erfolgsserie »Der Bergdoktor«. Keller hat zwei Söhne und lebt in Köln und am Bodensee.

224 Seiten, 13,5 \times 21,5 cm | Hardcover ISBN 978-3-7423-2114-5 | Warengruppe 1961



BIS ZU FÜNF MILLIONEN ZUSCHAUER PRO FOLGE: »7 VS. WILD«-TEILNEHMER FABIO SCHÄFER VERRÄT SEIN MINDSET UND WARUM AUFGEBEN KEINE OPTION IST



SCHÄFER, FABIO

Hyped! Bock! Angriff!

Überwinde deine Ängste und stürz dich ins Abenteuer. Mit dem Survival-Mindset des 7 vs. Wild-Teilnehmers

18,00 € (D), 18,60 € (A)

ET: 23.05.2023

- Starke eigene Reichweite:
 415.000 YouTube-Abonnenten sowie 275.000 Follower bei Instagram
- Packende Erlebnisse, die antreiben, motivieren und inspirieren
- Mit zahlreichen Tipps für das eigene Outdoor-Abenteuer

Wie übersteht man ganz allein sieben lange Tage mitten in der schwedischen Wildnis? Wie lassen sich die unglaublichen Strapazen eines 100-km-Marsches bewältigen? Wie bereitet man sich mental auf einen erbarmungslosen MMA-Fight vor? Oder auf ein halsbrecherisches Downhill? Kaum jemand setzt sich so bewusst extremen Outdoor-Abenteuern aus wie Fabio Schäfer, erfolgreicher YouTuber, Mountainbiker und Teilnehmer des Survival-Experiments »7 vs. Wild«. Hunderttausende kennen seine Videos – nun erzählt er die Geschichten hinter den atemberaubenden Bildern und gibt tiefe Einblicke in seine Gedankenwelt: die Ängste, von denen es sich zu lösen gilt, und das Mindset, das ihn stark macht und antreibt. Lassen wir uns von Fabio mitnehmen auf eine inspirierende Reise.

FABIO SCHÄFER, 1986 in Koblenz geboren, ist professioneller Mountainbiker und Influencer. 2010 begann er erste Videos seiner Bike-Aktionen auf YouTube zu präsentieren. Inzwischen hat er fast eine halbe Million Follower. Zu Fabios Interessen zählen zudem Kampfsport, vor allem Mixed Martial Arts, seine Metalcore-Band und Abenteuer in der Natur. 2021 wurde er durch seine Teilnahme bei »7 vs. Wild« deutschlandweit bekannt.



DIE VORGÄNGER-BÄNDE HABEN SICH INSGESAMT ÜBER 320.000 MAL VERKAUFT



CYNRIM, PETRA

Erklärs mir, als wäre ich 5

Die häufigsten Kinderfragen einfach beantwortet

10,00 € (D), 10,30 € (A)

ET: 25.04.2023

- Spannende Zusammenhänge und verständliche Antworten auf die häufigsten Kinderfragen
- Gute Unterteilung der Kapitel für das schnelle Wissen »to go«

Warum ist unsere Welt in Länder aufgeteilt? Können die Augen beim Niesen herausfallen? Und stimmt es, dass Erwachsenen beim Karussellfahren schneller übel wird als Kindern? Kinder stellen 1000 Fragen. Wir Erwachsenen hingegen trauen uns oft nicht mehr, genau nachzufragen. Schließlich müssten wir es ja längst wissen. Doch es gibt so viele spannende Dinge, ungewöhnliche Verwicklungen und interessante Fakten, die lohnen, genauer verstanden zu werden. Dieses Buch erklärt auf anschauliche Weise komplexe Zusammenhänge und liefert Antworten auf die häufigsten Kinderfragen – so, dass jede*r sie versteht.



PETRA CNYRIM, geboren 1975, arbeitet als Autorin bei München. Ihre Bücher »Vervollständige die Funktion«, »Das Buch der fast vergessenen Wörter« und »Erklärs mir, als wäre ich 5« schafften es auf die »SPIEGEL«-Bestsellerliste. DER »ZEIT WISSEN«-PODCAST »WOHER WEISST DU DAS?«
MIT ÜBER 300.000 DOWNLOADS PRO MONAT GEHÖRT
ZU DEN TOP 3 DER WISSENSCHAFTSPODCASTS UND IST
REGELMÄSSIG IN DEN TOP 100 VERTRETEN



ZEIT WISSEN – Woher weißt du das?

Fragen aus Wissenschaft, Alltag und Gesellschaft

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 25.04.2023

- Endlich Schluss mit »Weiß ich nicht«! »ZEIT WISSEN« gibt Antworten auf die Alltagsfragen, die uns alle beschäftigen, aber Google nicht beantworten kann
- Das perfekte Geschenk für Wissbegierige: »Nie wieder keine Ahnung« und »Wer weiß den sowas?« haben sich über 250.000 Mal verkauft

Warum feiern wir eigentlich? Wie viele Menschen müssen immer wieder dasselbe tun, damit es normal ist? Warum freut sich die Seele, wenn es schneit? Und wieso muss unser Hintern immer für so viel herhalten?

Es gibt unscheinbare und unkompliziert wirkende Fragen, die uns immer wieder im Alltag begegnen, aber auf die selbst Google keine Antwort weiß. Das »ZEIT WISSEN«-Magazin und der erfolgreiche »ZEIT WISSEN«-Podcast »Woher weißt du das?« haben es sich deshalb zur Aufgabe gemacht, genau diese kniffligen Fragen zu beantworten – und zwar so, dass es jeder versteht. Egal, ob es um Themen wie Gesellschaft, Technik oder Natur geht – in diesem Buch finden sich all die Antworten, mit denen man seinem Gegenüber ein erstauntes »Woher weißt du das?« entlocken kann.

DER RECHTSRATGEBER FÜR ALLE LEBENSBEREICHE VON ANWALT CHRISTIAN KLAGES – MIT ÜBER 1,1 MILLIONEN FOLLOWER AUF TIKTOK



KLAGES, CHRISTIAN

So geht Recht

Was du darfst und andere nicht: Die wichtigsten Rechtsfragen kurz und verständlich erklärt

12,00 € (D), 12,40 € (A)

ET: 23.05.2023

- Die Bücher von »Jurafakten«,
 »Herr Anwalt« und »Der
 Taschenanwalt« schaffen
 es regelmäßig auf die
 Bestsellerlisten
- Unsere Rechte als Mieter,
 Arbeitnehmer und Verbraucher,
 im Straßenverkehr und
 gegenüber dem Staat
- Leicht verständlich, informativ und unterhaltsam – keine juristischen Vorkenntnisse nötig

Darf der Arbeitgeber einen Nebenjob verbieten oder sogar den Urlaubsanspruch kürzen, wenn man unverschuldet nicht zur Arbeit kommt? Darf der Vermieter einen Wohnungsschlüssel behalten und in der eigenen Wohnung herumschnüffeln? Darf man vor der Polizei wegrennen? Wann darf man ausnahmsweise auf der Autobahn rechts überholen und sind Blitzer-Apps legal? Der Alltag wimmelt vor juristischen Fallstricken und Unsicherheiten – und kaum jemand kann von sich behaupten, stets den Überblick über die eigenen Rechte zu haben. Der erfahrene und renommierte Rechtsanwalt Christian Klages, besser bekannt als »So geht Recht« auf TikTok & Co., erklärt ein für alle Mal und für alle Bereiche des Alltags, was wir dürfen, und was andere nicht von uns verlangen dürfen.

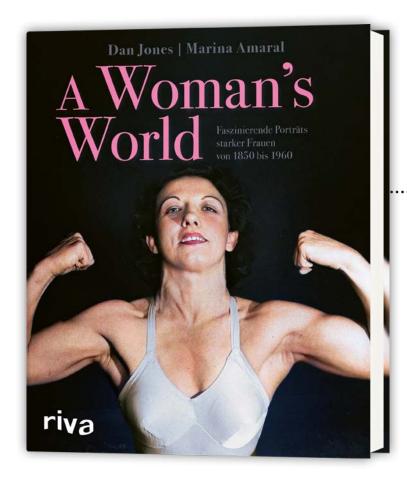


CHRISTIAN KLAGES ist seit 2007 als selbstständiger Rechtsanwalt tätig. Von 1999 bis 2004 studierte er Rechtswissenschaften an der Universität zu Köln und absolvierte anschließend ein Rechtsreferendariat am Kölner Landgericht. Er ist Mitgründer und Partner der Kanzlei KGK und widmet sich daneben seinem stetig wachsenden TikTok-Kanal »So geht Recht«.

 $176 \; \text{Seiten}, \; 13.5 \times 21.0 \; \text{cm} \; \mid \; \text{Softcover} \\ \text{ISBN 978-3-7423-2314-9} \; \mid \; \text{Warengruppe 1770} \\$



PIONIERINNEN, HELDINNEN: DAS FARBENSTARKE PORTRÄT, DAS ALL DIE STARKEN FRAUEN FEIERT, DIE GESCHICHTE GESCHRIEBEN HABEN



JONES, DAN; AMARAL, MARINA

A Woman's World

Faszinierende Porträts starker Frauen von 1850 bis 1960

30,00 € (D), 30,90 € (A)

ET: 21.03.2023

- Spektakuläre Fotokunst:
 über 200 beeindruckende
 Frauenporträts in leuchtenden
 Farben und aufschlussreichen
 Darstellungen
- Hochwertige Ausstattung und vollkommener Bilderdruck: ein perfektes Geschenk für alle Frauen
- Erfolg versprechender Ansatz:
 »Die Welt von gestern in Farbe«
 vom Duo Amaral und Jones hat
 sich über 10.000 Mal verkauft

Mildred Burke, in den 1930er-Jahren Vorreiterin des Frauen-Wrestlings. Amelia Earhart, die den ersten Alleinflug einer Frau über den Atlantik bestritt. Sarojini Naidu, Mitstreiterin Mahatma Gandhis. Oder die Schauspiellegende Marylin Monroe. Allesamt beeindruckende Frauen, die zu einer Zeit, in der Frauenrechte auch im Westen erst erkämpft werden mussten, ihren eigenen Weg gingen. »A Woman's World« zeigt Pionierinnen aus der ganzen Welt, die aufgrund ihrer Leistungen zwischen 1850 und 1960 Geschichte geschrieben haben – sei es im Wissenschaftslabor, bei Straßenprotesten, auf der Bühne, beim Kampf im Schützengraben oder als mutige Erforscherinnen der Wildnis.



DAN JONES, 1981 geboren, ist Historiker und Journalist. Er studierte Geschichte an der University of Cambridge, schreibt für verschiedene englische Qualitätszeitungen und veröffentlichte mehrere Bücher zur britischen Geschichte.



MARINA AMARAL, 1994 geboren, ist eine brasilianische Künstlerin, die sich auf das Kolorieren historischer Fotografien spezialisiert hat. Zusammen mit Dan Jones veröffentlichte sie 2018 das Buch »Die Welt von gestern in Farbe«, das von der britischen »Daily Mail« zum »Coffee Table Book of the Year« gekürt wurde.

432 Seiten, 19,0 × 24,0 cm | Hardcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2331-6 | Warengruppe 1941



»KURZE GESCHICHTE«-BÜCHER LIEGEN IM TREND: YUVAL NOAH HARARIS »EINE KURZE GESCHICHTE DER MENSCHHEIT« HAT SICH ÜBER 1,4 MILLIONEN MAL VERKAUFT



KNOLL, ANDREW H.

Die kürzeste Geschichte der Erde

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 21.03.2023

- Spannende Fakten, hilfreiche Grafiken und informative Schaubilder über unseren Heimatplaneten und seine Entwicklungsgeschichte
- Schicht um Schicht: unsere
 Erde aus acht verschiedenen
 naturwissenschaftlichen
 Blickwinkeln kompaktes
 Wissen leicht und unterhaltsam
 zusammengefasst

Unsere Erde existiert seit über vier Milliarden Jahren und war schon immer Schauplatz faszinierender Naturgewalten: brodelnde Lavameere, gewaltige Eisdecken, Meteoriteneinschläge oder giftige Gase – die Vergangenheit unseres Planeten steckt voller atemberaubender Naturwunder. Der renommierte Geologe und Harvard-Professor Andrew H. Knoll führt unterhaltsam und informativ durch die Geschichte unseres blauen Planeten im Wandel der Zeit. Dabei stützt er sich auf seine jahrelangen Forschungen und die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse. In acht kompakten Kapiteln umfasst er die umfangreiche Lebensdauer der Erde und schreibt damit nicht nur die kürzeste, sondern auch die spannendste Geschichte unseres Heimatplaneten.

DAS KOMPLEXESTE ORGAN DES MENSCHLICHEN KÖRPERS KOMPAKT UND MODERN ILLUSTRIERT ERKLÄRT



LAUREYS, DR. MED. STEVEN

Eine Reise durch unser Gehirn

Wie entstehen Emotionen?
Welchen Zweck hat das
Vergessen? Ist es möglich, das
Gehirn gesund zu ernähren?
Warum kann man nach dem
Sport besser denken? Schläft das
Gehirn?

16,00 € (D), 16,50 € (A)

ET: 21.03.2023

- Autor wurde weltweit mit zahlreichen Preisen für seine Arbeit ausgezeichnet, unter anderem vom Max-Planck-Institut
- Wissenschaftlich fundiert mit brandaktuellen Zahlen aus der Gehirnforschung

Das Gehirn ist das wohl eindrucksvollste Organ des menschlichen Körpers und nach wie vor ein Ort voller Geheimnisse, die man vermutlich nie alle entschlüsseln

wird. Doch mit seinem neuen Buch, das durch originelle und einprägsame Illustrationen besticht, ist es Neurowissenschaftler Steven Laureys gelungen, einen umfassenden Einblick in die Anatomie und Funktionsweisen des Gehirns zu geben. Anschaulich und unterhaltsam führt er durch komplexe Prozesse wie die Sinneswahrnehmung, Informations- und Sprachverarbeitung, das Gedächtnis, das Bewusstsein, die Entstehung von Emotionen, Träumen und Liebe und die Kommunikation zwischen dem Gehirn und dem gesamten Organismus.



DR. MED. STEVEN LAUREYS ist ein international anerkannter belgischer Neurologe. Er leitet die Coma Science Group an der Universität Lüttich und ist spezialisiert auf die Funktion des Gehirns bei Patienten mit schweren Bewusstseinsstörungen. Seine Forschung wurde mit mehreren Preisen ausgezeichnet.

128 Seiten, 21,5 × 21,5 cm | Softcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2318-7 | Warengruppe 1460



40 JAHRE RED HOT CHILI PEPPERS: DIE BESTEN STORYS PÜNKTLICH ZUM BAND-JUBILÄUM

Paul Christoph Gäbler

RED HOT CHILI PEPPERS

40 JAHRE ROCKGESCHICHTE

Mehr als Drogen, Exzesse und Skandale – die Kultband aus L.A. und ihre Geschichte



GÄBLER, PAUL CHRISTOPH

Red Hot Chili Peppers – 40 Jahre Rockgeschichte

Mehr als Drogen, Exzesse und Skandale – die Kultband aus L.A. und ihre Geschichte

10,00 € (D), 10,30 € (A)

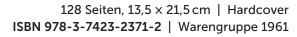
ET: 24.01.2023

- Ein echter Longseller: Die Biografie »Scar Tissue« von Frontmann Anthony Kiedis hat sich über 10.000 Mal verkauft
- Das im April 2022 erschienene Album »Unlimited Love« hielt sich 18 Wochen in den deutschen Album-Charts
- Das perfekte Geschenk für alle Fans der Cross-over-Band rund um Anthony Kiedis, Michael »Flea« Balzary und Co.

Die Red Hot Chili Peppers zählen zu den erfolgreichsten Vertretern des Alternative Rock und begeistern seit nunmehr 40 Jahren mit ihren Songs Fans aus der ganzen Welt. Doch wie kamen die vier Kalifornier überhaupt zu ihrem »scharfen« Bandnamen? Warum war gemeinsames Meditieren die Lösung gegen bandinterne Konflikte? Und wieso spielte die Band 1997 bei einem Konzert in Japan nur acht Songs? Die Red Hot Chili Peppers haben seit ihrer Gründung 1983 zahlreiche Höhen und Tiefen durchlebt. Alles über die verrücktesten Zwischenfälle, größten Skandale und beliebtesten Hits der Kultband hat Paul Christoph Gäbler in diesem kurzweiligen und anekdotenreichen Buch zusammengetragen.



PAUL CHRISTOPH GÄBLER wurde in eine Musikerfamilie hineingeboren und war eigentlich mal Schauspieler. Nach Rollen als Neonazi, Strichjunge und Fußballtorwart sehnte er sich nach einem normalen Leben, studierte Geschichte, Politik und Soziologie in Berlin und arbeitet seitdem als freier Journalist, Podcaster und Fotograf unter anderem für die »FAZ«, die »NZZ« und den »Tagesspiegel«.





DAS LUSTIGSTE BUCH, DAS JE ÜBER DIE RAP-GENERATION GESCHRIEBEN WURDE – BEI PANIK PANZER VON DER ANTILOPEN GANG BLEIBT KEIN AUGE TROCKEN



PANIK PANZER; SEELIGER, MARTIN

Der beste Mensch der Welt

Wie ich es schaffte, die Spitze der Nahrungskette zu erklimmen

17,00 € (D), 17,50 € (A)

ET: 21.02.2023

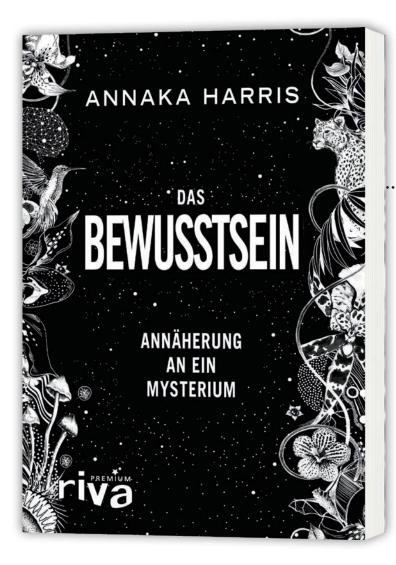
- Volle Marketing-Power durch die restlichen Mitglieder der Antilopen Gang mit über 112.000 YouTube-Abonennten und 60.000 Instagram-Followern
- Für alle Fans des feinsinnigen Humors à la Heinz Strunk, Rocko Schamoni und Walter Moers
- Die »Aufbruch Aufbruch«-Tour wird 2023 fortgesetzt

Schluss mit lelele! Panik Panzer, umjubelter Profi-Rapper der allseits gefürchteten Antilopen Gang, ist zwar kein Batman oder He-Man. Aber doch hat er im Leben so einiges erlebt, was selbst Gott vor Neid erblassen lässt. Denn wer kann von sich schon behaupten, dass er Mitglied einer Terrororganisation gewesen ist, zahlreiche Bürgermeister des Amtes enthob und von Außerirdischen entführt wurde? Keiner! Mit nicht mal 40 Jahren legt Panik Panzer statt des langerwarteten musikalischen Solo-Debüts lieber schon mal seine Memoiren vor und verrät, wie er es geschafft hat, der beste Mensch der Welt zu werden. Mehr noch, in diesem völlig missratenen Buch lüftet er endlich die Geheimnisse seines unerreichten Erfolgs.



MARTIN SEELIGER liebt Tiere, Bücher und gutes Essen. Er lebt als freier Autor in Berlin und auf der Nordseeinsel Juist. Seit 2005 ist er Panik Panzer-Fan (damals noch Panik130).

DER »NEW YORK TIMES«-BESTSELLER AUF DEUTSCH: ALLES, WAS MAN ÜBER DAS BEWUSSTSEIN WISSEN MUSS



HARRIS, ANNAKA

Das Bewusstsein

Annäherung an ein Mysterium

10,00 € (D), 10,30 € (A)

ET: 25.04.2023

- Kurz und bündig: eine unkonventionelle Betrachtung über das eigene Ich, den freien Willen und die Gewissheit von Erfahrungen
- Mit den neuesten Erkenntnissen aus den Neurowissenschaften
 die passende Ergänzung zum Bestseller »Die Physik des Bewusstseins« von Michio Kaku: über 15.000 verkaufte Exemplare

Was ist Bewusstsein? Wie entsteht es? Warum existiert es? Tut es das überhaupt? Oder handelt es sich womöglich um eine bloße Illusion? In diesem wunderbar geschriebenen Buch gibt uns Annaka Harris eine ebenso kluge wie erhellende Einführung in das komplexe Konzept des menschlichen Bewusstseins, das die Wissenschaften seit der Antike beschäftigt. Sie erörtert gängige und überraschende Erklärungsansätze und formuliert diese neu im Lichte des Zeitalters der künstlichen Intelligenz. Denn längst geht es nicht mehr nur darum, wer Bewusstsein besitzt und auf welche Weise, sondern auch was – seien es Maschinen, Computer oder Rechensysteme.



ANNAKA HARRIS arbeitet als
Autorin, Redakteurin und Beraterin
für Wissenschaftsautoren, vor allem
im Bereich Neurowissenschaften
und Physik. Ihre Texte sind in der
»New York Times« erschienen. Sie ist
Autorin des Kinderbuchs »I Wonder«
und lebt mit ihrem Mann, dem
Bestsellerautor Sam Harris, und ihren
Kindern in Los Angeles.

TRENDTHEMA BROTBACKEN MIT DEM ERFOLGREICHEN TIKTOKER JO SEMOLA: ÜBER 650.000 FOLLOWER BEI TIKTOK



SEMOLA, JO

Einfach, Lecker, Brot.

Richtig gutes Brot, Brötchen und Gebäck

25,00 € (D), 25,80 € (A)

ET: 15.11.2022

- Jo Semola und seine Videos sind ein Social-Media-Phänomen: zusätzlich über 150.000 Follower bei Instagram
- Ideal für Anfänger und Hobbybäcker und alle, die Brot und Backwaren lieben
- Großer Theorieteil für die optimale Vorbereitung und unkomplizierte Anleitungen für abwechslungsreiches Gebäck

Brot backen ist eine Kunst, besonders im deutschsprachigen Raum. Ob mit Sauerteig, Hefe oder Vollkorn, die Vielfalt von Brot, Brötchen und anderen Backwaren ist unendlich groß:

Dieses Buch von dem erfolgreichen TikToker Jo Semola ist für alle, die Brot lieben, gerne selbst backen oder damit anfangen möchten. Wie das geht, zeigt er Schritt für Schritt in seinen zahlreichen Videos und inspiriert dabei seine Community. Hilfreiche Tipps und Tricks zu Equipment, Getreide- und Mehlsorten sowie zu Techniken für die Herstellung von unterschiedlichen Teigen und Gebäckformen ermöglichen Anfängern einen perfekten Einstieg in die Welt des Brotbackens. Von der einfachen, schnellen Zubereitung bis hin zu aufwendigeren Backwaren.



JO SEMOLA »Hi, ich bin Jo und ich backe Brot.« Wenn dieser Satz kommt, wissen seine Zuschauer Bescheid, denn es folgt ein neues Rezept. Jo Semola macht das Backen zu einem Trend und zeigt, dass man bei null anfangen kann und ohne großen Aufwand die leckersten Brote, Brötchen und Gebäck zaubern kann. Durch seine sympathische und coole Art erreicht er täglich mehrere Hunderttausend Menschen, die er zu Hobbybäckern macht. Als gelernter Veranstaltungstechniker kommt er zwar aus einem anderen Bereich, hat seine Leidenschaft zum Backen aber professionalisiert und möchte nun sein Wissen weitergeben.

160 Seiten, 19,0 × 24,0 cm | Hardcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2283-8 | Warengruppe 1457



ÜBER 16.000 VERKAUFTE EXEMPLARE DES ERFOLGSTITELS »AUS OMAS KÜCHE«



CALLEKOCHT

Omas schnelle Küche

Lieblingsgerichte ohne Schnickschnack

19,00 € (D), 19,60 € (A)

ET: 21.03.2023

- Rezepte aus Omas Alltagsküche ohne Schnickschnack – vom erfolgreichen YouTuber »CALLEkocht« mit über 400.000 treuen Abonnenten
- 50 Rezepte, die direkt aus
 Omas Kochbuch stammen –
 mit beliebten herzhaften und
 süßen Klassikern der deutschen
 Küche
- Wunderschön und stimmungsvoll bebildert

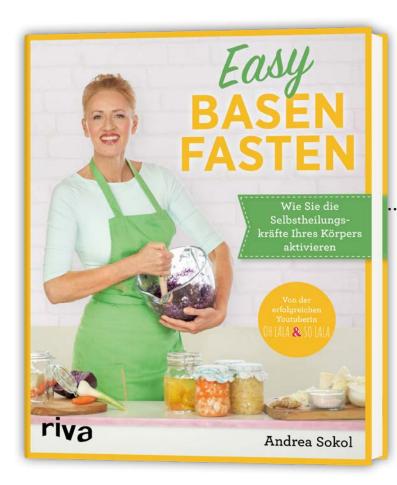
Ob knackiger Rotkohlsalat, saftige Frikadellen, Leipziger Allerlei, deftige Schweinemedaillons oder vegetarische Gemüse-Reis-Pfanne – auch Oma hatte nicht immer die Zeit, einen Sonntagsbraten zuzubereiten. Der erfolgreiche YouTuber »CALLEkocht« zeigt in seinem neuen Kochbuch einfache, alltagstaugliche und vielfältige Gerichte für Mittagessen, Abendessen und Dessert. Die traditionellen Rezepte ohne viele Zutaten sind ohne Aufwand zubereitet und eignen sich perfekt für die Tage, an denen es schnell gehen muss. Nie war es leichter, die kulinarischen Erinnerungen der Kindheit wiederzuerwecken!



CALLEKOCHT Carl-Michael
Hofmann, Jahrgang 1960, wurde
in einem Landgasthof geboren
– so war sein Lebensweg schon
früh vorbestimmt. Der geprüfte
Küchenmeister hat sich traditionellen
Rezepten verschrieben und
bewahrt diese vor dem Vergessen.
Er vermittelt seit vielen Jahren in
Kochkursen den Spaß am Kochen.
Sein YouTube-Kanal »CALLEkocht«
zählt zu den erfolgreichsten
Kochkanälen im deutschsprachigen
Raum.



ERFOLGSAUTORIN ANDREA SOKOL MIT ÜBER 24.000 VERKAUFTEN EXEMPLAREN



SOKOL, ANDREA

Basenfasten

Wie Sie die Selbstheilungskräfte Ihres Körpers aktivieren

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 24.01.2023

- Wichtige Fakten zu den unterschiedlichen Fastenarten, positiven Effekten auf Körper und Seele und dem Ablauf einer Fastenkur
- Schnelle, einfache und leckere Rezepte zum Smoothie-, Suppen- und Basenfasten
- Praktische Übungen zur Organgymnastik

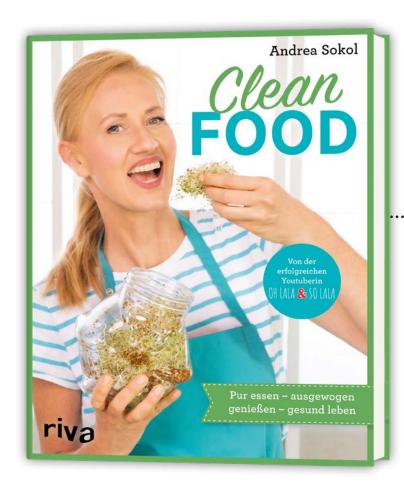
Fasten entlastet den Körper und seine Organe, senkt den Blutdruck und den Cholesterinspiegel, führt zu einer Gewichtsabnahme und hebt die Stimmung – wenn man es richtig durchführt. Dieses Buch liefert wichtige und kompakte Fakten und gesunde Rezepte zu den unterschiedlichen Fastenarten wie Smoothie-Fasten, Suppenfasten, Basenfasten und mehr und erklärt ganz einfach, wie das Fasten eingeleitet werden soll, wie man richtig fastet und wann Zeit für das Fastenbrechen ist. Interessante Basics zum Wunderorgan Darm, dem Jo-Jo-Effekt und dazu, welche Rolle Bewegung, Organgymnastik und Seelenfasten spielen, runden das Buch perfekt ab.



ANDREA SOKOL ist Journalistin, Schauspielerin, Moderatorin, Köchin und Ernährungsberaterin und ein echtes Multitalent. Ihre Leidenschaft ist die Natur. Sie ist in Berlin geboren und aufgewachsen und wohnt seit über 20 Jahren in München.



DAS BUCH ZUR SEHR ERFOLGREICHEN ZEITSCHRIFTENAUSGABE »CLEAN FOOD« MIT ANDREA SOKOL



SOKOL, ANDREA

Clean Food

Pur essen – ausgewogen genießen – gesund leben

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 21.03.2023

- Spannende Basics zu einer Ernährung ohne Zusatzstoffe
- Ausgewogene Rezepte mit Sprossen, Kräutern und viel Gemüse
- Wichtige Infos zu Vitamin B12, Proteinen, Jod und mehr

Clean Food bedeutet reines, echtes Essen, frei von künstlichen Zusatzstoffen oder Geschmacksverstärkern, alles frisch und selbst zubereitet aus regionalen und saisonalen Bio-Zutaten.

In diesem Ratgeber und Kochbuch finden sich viele spannende Infos, worauf man beim Einkauf und auf der Zutatenliste von Lebensmitteln achten sollte. Dazu gibt es abwechslungsreiche, gesunde und pflanzliche Rezepte mit vielen Kräutern und Gewürzen aus nährstoffreichen Lebensmitteln für leckere Aufstriche, Salate, Suppen, schnelle Snacks, Getränke und mehr. Auch mit einer pflanzlichen Ernährung kann man den Bedarf an Vitamin B12, Proteinen und Fett decken, und dafür sorgen diese Gerichte!

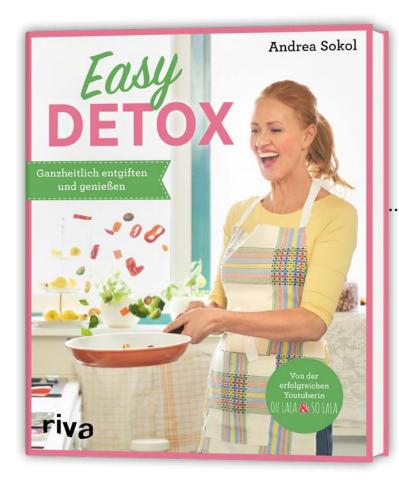


ANDREA SOKOL ist Journalistin, Schauspielerin, Moderatorin, Köchin und Ernährungsberaterin und ein echtes Multitalent. Ihre Leidenschaft ist die Natur. Sie ist in Berlin geboren und aufgewachsen und wohnt seit über 20 Jahren in München.





DETOX LEICHT GEMACHT MIT ERFOLGSAUTORIN ANDREA SOKOL



SOKOL, ANDREA

Easy Detox

Ganzheitlich entgiften und genießen

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 24.01.2023

- Einfache Basics zum Thema Detox
- Ballaststoffreiche und ausgewogene Rezepte für jeden Tag
- Tolle Tipps für Detox von außen: Ölziehen, Bäder und Bürstenmassagen

Eine Detox-Kur soll den Körper entgiften und so die Selbstreinigungs- und Selbstheilungskräfte aktivieren. Denn hoch verarbeitete Lebensmittel, Genussstoffe, Medikamente und mehr belasten den Stoffwechsel. Bei einer ganzheitlichen Detox-Kur werden diese Stoffe aus dem Körper ausgeleitet und dieser so entlastet. Nicht nur viel trinken und Essenspausen helfen dabei, sondern auch Rezepte mit den richtigen Zutaten: Ballaststoffreiche, säurearme und natürliche, nicht verarbeitete Lebensmittel stehen hier im Mittelpunkt. Auch Kräuter, Gewürze und stärkende Tees helfen beim Entschlacken. Die vegetarischen und veganen Gerichte in diesem Buch sind einfach und schnell gemacht und eignen sich perfekt zum Vorkochen oder für die Lunchbox.



ANDREA SOKOL ist Journalistin, Schauspielerin, Moderatorin, Köchin und Ernährungsberaterin und ein echtes Multitalent. Ihre Leidenschaft ist die Natur. Sie ist in Berlin geboren und aufgewachsen und wohnt seit über 20 Jahren in München.

144 Seiten, 19,0 × 24,0 cm | Hardcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2261-6 | Warengruppe 1456



GRILLREZEPTE, DIE MÄNNERN GARANTIERT SCHMECKEN



GERHARDY, MICHAEL

Grillen für Kerle

Die besten BBQ-Rezepte für Männer

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 25.04.2023

- Grillen gehört vor allem im Sommer zu den beliebtesten Freizeitbeschäftigungen der Deutschen
- Hochwertige Bilder von Grillexperte, Foodstylist und Fotograf Michael Gerhardy
- Das perfekte Geschenk zum Vatertag!

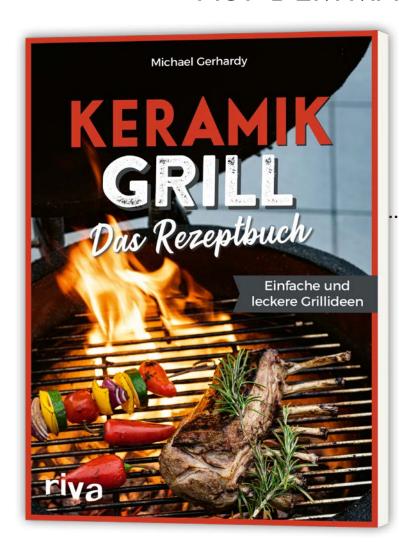
Das ultimative Grillbuch für wahre Grillmeister! Gemütliche Grillabende auf dem Balkon, Wintergrillen mit wärmender Holzkohle oder sommerliches Barbecue mit Freunden und Familie: Grillen ist ein Lebensgefühl zu jeder Jahreszeit. Dieses Buch ist der ideale Begleiter für alle Grillfans und die, die es noch werden wollen. Mit 70 leckeren und vielfältigen Grillideen ist es das perfekte Geschenk für Freund, Bruder, Partner oder Vater! Von saftigem Steak Caveman Style und würzigem Beer Can Burger über aromatischen Pulled Lachs bis hin zu würziger Kumpir-Kartoffel und cremigem Smoked Cheesecake – hier findet Mann das Richtige für jeden Geschmack.



MICHAEL GERHARDY ist leidenschaftlicher Grillmeister, Koch und Food-Fotograf. Seit 2017 führt er den erfolgreichen Food-Blog gerhardy.net. Die Entwicklung neuer Rezepte und das Fotografieren sind ein willkommener Ausgleich zu seinem Job in der Softwarebranche. Michael Gerhardy lebt mit seiner Frau und seinen zwei Kindern in einem kleinen Dorf im ländlichen Hundsrück.



DER KERAMIKGRILL IST EINES DER BELIEBTESTEN GRILLGERÄTE AUF DEM MARKT



GERHARDY, MICHAEL

Keramikgrill: Das Rezeptbuch

Einfache und leckere Grillideen

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 23.05.2023

- Leckere und einfache Grillideen für den Alltag
- Hochwertige Bilder von Grillexperte, Foodstylist und Fotograf Michael Gerhardy
- Das perfekte Geschenk für alle Grillfans!

Ein Grill, viele Möglichkeiten: Ein Keramikgrill ist eine wahre Outdoorküche und hat viele Vorteile gegenüber einem klassischen Kugelgrill. Er ist unempfindlich gegenüber Wind und Wetter, hitzebeständiger und spart Holzkohle. Die leckeren und vielfältigen Rezeptideen für saftige Steaks wie Flanksteaks mit Chimichurri, aromatische Pulled-Pork-Burger oder verführerische Dessertkreationen wie bunte Fruchtpäckchen eignen sich sowohl für Grillanfänger als auch erfahrene Grillprofis. Egal ob im stressigen Alltag für Berufstätige oder für das nächste Barbecue mit Freunden und Familie, dieses Rezeptbuch ist der perfekte Begleiter für ein gelungenes Grillerlebnis!



MICHAEL GERHARDY ist leidenschaftlicher Grillmeister, Koch und Food-Fotograf. Seit 2017 führt er den erfolgreichen Food-Blog »gerhardy.net«. Die Entwicklung neuer Rezepte und das Fotografieren sind ein willkommener Ausgleich zu seinem Job in der Softwarebranche. Michael Gerhardy lebt mit seiner Frau und seinen zwei Kindern in einem kleinen Dorf im ländlichen Hundsrück.

ENDLICH: DAS BUCH FÜR ALLE GRILLMEISTERINNEN!



PICHL, VERONIKA

Das Grillbuch für Frauen

Die besten Rezepte für das BBQ

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 25.04.2023

- Vielfältige Rezeptvariationen für den perfekten Grillabend: 60 wunderschön bebilderte Rezepte
- Die ideale Geschenkidee für Frauen, Mütter, Freundinnen oder Kolleginnen
- Die Autorin kümmert sich aktiv um Promotion und Presse

Frauen an den Grill! Mit dem »Grillbuch für Frauen« wird die nächste Grillparty ein ganz besonderes Erlebnis! Hier liegen bunte Gemüsespieße auf dem Grillrost, und auch Fleisch- und Wurstgerichte kommen nicht zu kurz, z. B. saftige Steaks, Fajitas, Mini-Burger oder Camembert im Bacon-Mantel. Für süße Desserts ist natürlich ebenfalls gesorgt. Neben den Köstlichkeiten vom Grill gibt es auch abwechslungsreiche Rezepte für das ganze Grillbüfett. Mit dabei sind vielseitige Nudel- und Schichtsalate, raffinierte Dips, Grillbutter, Grillbrote und -brötchen und sogar Drinks und Cocktails mit und ohne Alkohol. Von herzhaften Klassikern bis hin zu ausgefalleneren Rezeptideen, egal ob leicht, würzig oder fruchtig – hier werden alle fündig.



VERONIKA PICHL ist erfolgreiche Buchautorin zu den Themen Ernährung, Abnehmen, Bewegung und Glücklichsein. Sie entwickelt Ratgeber für den riva Verlag und den von ihr selbst gegründeten Happy Fit Food Verlag (happyfitfood.de). Im riva Verlag sind bereits zahlreiche erfolgreiche Kochbücher von ihr erschienen. Sie lebt mit ihrem Mann und ihren beiden Kindern im Nürnberger Land.

160 Seiten, 17,0 × 24,0 cm | Hardcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2394-1 | Warengruppe 1455



ÜBER 33.000 VERKAUFTE KOCHBÜCHER ZUM MONSIEUR CUISINE BEI RIVA



MULIAR, DORIS

Familienküche mit dem Monsieur Cuisine

Einfach, schnell und günstig: Über 100 Rezepte für jeden Tag

15,99 € (D), 16,50 € (A)

ET: 21.03.2023

- Einfache und leckere Rezepte für die ganze Familie
- Der Monsieur Cuisine ist der Verkaufsschlager bei Lidl
- Aufwendig bebilderte Rezepte mit ausführlichen Schrittfür-Schritt-Anleitungen und Nährwertangaben

Die Küchenmaschine Monsieur Cuisine ist der perfekte, zeitsparende Küchenhelfer: Er kann wiegen, kneten, kochen, dampfgaren, pürieren, anbraten und vieles mehr. Dieses Kochbuch bietet über 100 leckere, einfache und gelingsichere Rezepte für die ganze Familie, die Sie dank der ausführlichen Schritt-für-Schritt-Anleitungen ganz leicht mit dem Monsieur Cuisine nachkochen können. Von wärmenden Eintöpfen und Suppen über leichte Salate und deftige Hauptgerichte mit Nudeln, Reis oder Kartoffeln bis zu süßen Dessertkreationen – die vielfältigen Gerichte schmecken sowohl Eltern als auch Kindern. Alle Zutaten findet man günstig in jedem Supermarkt. Dieses Rezeptbuch ist der ideale Alltagsbegleiter für Familien! Alle Rezepte wurden für den Silvercrest® Monsieur Cuisine entwickelt und getestet.



DORIS MULIAR ist erfolgreiche Kochbuchautorin mit dem Schwerpunkt gesunde Ernährung. Im riva Verlag hat sie bei Bestsellern wie »Low Carb« (mit Dr. Nicolai Worm) mitgewirkt sowie zahlreiche eigene Bücher herausgebracht, darunter den Bestseller »Abnehmen mit dem Thermomix®«.

192 Seiten, 14,8 × 21,0 cm | Softcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2383-5 | Warengruppe 1455



DAS ERSTE BUCH ZUM THEMA – VON EINER AUSGEBILDETEN MONTESSORIPÄDAGOGIN



PENEDER, JULIA

Montessori-Ideen für die Küche – Kochen mit Kindern

Grundlagen, Impulse und Rezepte, um die Selbstständigkeit deines Kindes zu fördern

18,00 € (D), 18,60 € (A)

ET: 23.05.2023

- Julia Peneder hat über 100.000 Follower auf Instagram (»julia. kreativblog«)
- Niedrigschwelliger Einstieg in die Montessoripädagogik mit knappem Grundwissen und praktischen Tipps
- 30 kreative Impulse, um Montessori in der Küche mit einfachen Mitteln umzusetzen

Die Küche ist ein wunderbarer Ort, um die Montessoripädagogik zu Hause in die Erziehung einfließen zu

lassen. Es geht darum, Kinder zur Selbstständigkeit zu erziehen und ganz nebenbei ihre Motorik und ihr Selbstbewusstsein zu fördern. Der Ratgeber liefert kurzes und einfaches Grundwissen zum Thema Montessori in der Küche und praktische Tipps und Inspiration, um die Umgebung perfekt vorzubereiten und die Arbeitswerkzeuge auszuwählen. Die Autorin erklärt, wie man die Küche so gestaltet, dass Kinder Lust bekommen, selbst tätig zu werden. Wichtig sind eigene Arbeitsbereiche für die Kinder, zum Beispiel eine eigene Schublade, der klassische Learning-Tower oder ein eigener Arbeitstisch mit unterschiedlichen Utensilien.



JULIA PENEDER ist
Montessoripädagogin und Mutter
von zwei Kleinkindern. Auf ihrem
Blog und auf Instagram unter
»julia.kreativblog« vermittelt sie
Grundlagen zur Montessoripädagogik
und gibt Eltern praktische
Anleitungen, Spielideen und Übungen
an die Hand, um die Eigenständigkeit
ihrer Kinder im Alltag zu fördern.

VIEL ZU VIEL ESSEN LANDET IN DER TONNE: JEDER DEUTSCHE WIRFT IM DURCHSCHNITT 78 KILOGRAMM LEBENSMITTEL IN DEN MÜLL



PICHL, VERONIKA

Die Clever-Küche: 100 % Geschmack – 0 % Lebensmittelverschwendung

Smarte Tipps und über 100 nachhaltige Rezepte

 $18,00 \in (D), 18,60 \in (A)$

ET: 23.05.2023

- Aktueller denn je: die schlaue Lösung bei steigenden Lebensmittelpreisen
- Lebensmittel retten achtsam mit kostbaren Ressourcen umgehen – umdenken
- Köstliche Gerichte, die satt machen und dabei noch das Klima schützen

Maximal kochen, minimal wegwerfen. Reste vom Vortag, Äpfel mit Dellen, überreife Bananen, schrumpelige Karotten oder trockene Brötchen landen oft achtlos im Müll. Doch Lebensmittel sind wertvoll. Wir sollten sie mehr schätzen, nachhaltig verwerten und nicht verschwenden. Mit angeschlagenem Obst oder altem Brot lassen sich noch viele Köstlichkeiten kochen und backen! Das schmeckt und schont den Geldbeutel und die Umwelt. Dieses umfangreiche Buch gibt praktische Tipps, wie sich Lebensmittelverschwendung von vornherein minimieren lässt, indem man Mahlzeiten plant, clever einkauft und Lebensmittel richtig lagert.



VERONIKA PICHL ist erfolgreiche Buchautorin zu den Themen Ernährung, Abnehmen, Bewegung und Glücklichsein. Sie entwickelt Ratgeber für den riva Verlag und den von ihr selbst gegründeten Happy Fit Food Verlag (happyfitfood.de). Im riva Verlag sind bereits zahlreiche erfolgreiche Kochbücher von ihr erschienen. Sie lebt mit ihrem Mann und ihren beiden Kindern im Nürnberger Land.



DER BELIEBTE ITALIENISCHE KLASSIKER NEU INTERPRETIERT



PICHL, VERONIKA

Crazy Pizza

Ausgefallene Rezeptideen: Pizzakranz, Pizza-Donuts, Pizza-Popcorn und mehr

18,00 € (D), 18,60 € (A)

ET: 25.04.2023

- Über 40 Rezepte für verrückte Gerichte nach Pizza-Art
- Die perfekten Partysnacks
 leckere Gerichte mit dem gewissen Etwas
- Ansprechendes Layout und inspirierende Food-Fotografie

Crazy Pizza – kreativ und lecker! Frischer Hefeteig, würzige Tomatensauce, italienische Kräuter, extra viel Käse und herzhafter Belag nach Lust und Laune, so lieben alle die klassische Pizza. Doch warum nicht den Geschmack mal anders verpacken? Entweder in verschiedensten Formen, wie bei der schmackhaft gefüllten Pizzasonne, als Muffins, Waffeln, Brezen oder Burger, oder ganz ohne Teig als Pizza-Suppe oder vegetarischer Pizza-Dip. Wie wäre es mit einer Pizzatorte zum Geburtstag oder Pizza-Chips und -Popcorn für einen gemütlichen Filmabend zu Hause? Fingerfood und kleine Snacks wie Pizzaschnecken, -Kringel, -Sticks oder -Donuts sind ideal für jede Party. Pizza mal ganz anders!



VERONIKA PICHL ist erfolgreiche Buchautorin zu den Themen Ernährung, Abnehmen, Bewegung und Glücklichsein. Sie entwickelt Ratgeber für den riva Verlag und den von ihr selbst gegründeten Happy Fit Food Verlag (happyfitfood.de). Im riva Verlag sind bereits zahlreiche erfolgreiche Kochbücher von ihr erschienen. Sie lebt mit ihrem Mann und ihren beiden Kindern im Nürnberger Land.

PIZZA IST DAS BELIEBTESTE GERICHT DER DEUTSCHEN



PICHL, VERONIKA

Perfekte Pizza

Die besten Rezepte für den italienischen Klassiker

18,00 ∈ (D), 18,60 ∈ (A)

ET: 25.04.2023

- Lieblingspizza jetzt zu Hause selber zubereiten – einfach und schnell
- Leckere traditionelle Pizza mit über 50 verschiedenen Belagideen
- Grundrezepte, alle Pizza-Klassiker und spezielle Pizzen mit edlen Zutaten wie Mascarpone, Feigen oder Trüffelöl

Alle lieben Pizza! Der Klassiker aus Italien ist eines der populärsten Gerichte überhaupt, und das zu Recht. Knuspriger Pizzaboden, würzige Tomatensauce, zart schmelzender Käse und eine unendliche Auswahl an Belägen und Toppings. Hier kommt garantiert jeder auf seine Kosten. Dieses Kochbuch erklärt Schritt für Schritt, wie die perfekte Pizza gelingt. Von der besten Mehlsorte über verschiedene Teigarten – mit Hefe, Hartweizengrieß oder für Pinsa – bis hin zu Tipps und Tricks für das ideale Backergebnis aus dem heimischen Ofen. Natürlich dürfen Rezepte für die traditionellen Favoriten wie Margherita, Calzone, Salami, Tonno oder Napoli nicht fehlen. Aber auch ausgefallenere Sorten mit Feige und Walnuss oder Ziegenkäse und Honig.

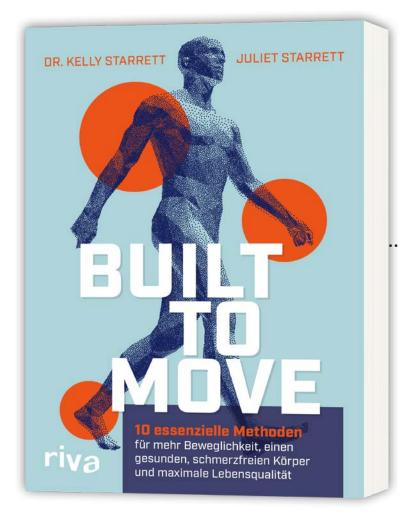


VERONIKA PICHL ist erfolgreiche Buchautorin zu den Themen Ernährung, Abnehmen, Bewegung und Glücklichsein. Sie entwickelt Ratgeber für den riva Verlag und den von ihr selbst gegründeten Happy Fit Food Verlag (happyfitfood.de). Im riva Verlag sind bereits zahlreiche erfolgreiche Kochbücher von ihr erschienen. Sie lebt mit ihrem Mann und ihren beiden Kindern im Nürnberger Land.

144 Seiten, 19,0 × 24,0 cm | Hardcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2270-8 | Warengruppe 1455



DAS NEUE BUCH DER BESTSELLERAUTOREN KELLY UND JULIET STARRETT



STARRETT, DR. KELLY; STARRETT, JULIET

Built to Move

10 essenzielle Methoden für mehr Beweglichkeit, einen gesunden, schmerzfreien Körper und maximale Lebensqualität

25,00 € (D), 25,80 € (A)

ET: 25.04.2023

- Über 110.000 verkaufte
 Exemplare der drei bisherigen
 Titel von Kelly Starrett
- Kelly Starretts einzigartige und innovative Methode für Spitzensportler – jetzt für jeden Menschen im Alltag anwendbar
- Mit zahlreichen illustrierten Übungen sowie Tipps zu Ernährung und Schlaf

Nach seinen bahnbrechenden Welterfolgen »Werde ein geschmeidiger Leopard« und »Sitzen ist das neue Rauchen« ist Bestsellerautor Kelly Starrett zurück mit einem neuen

Buch! Darin widmen er und seine Frau sich der Frage, welche Eigenschaften den Menschen dauerhaft gesund halten und wie man dafür sorgen kann, dass man sich auch mit fortschreitendem Alter noch wohlfühlt. Als Lösung haben sie zehn essenzielle Methoden herausgearbeitet, die die Funktionsfähigkeit des Körpers bei alltäglichen Aktivitäten fördern und die allgemeine Lebensqualität steigern. Dazu gehören einfache Mobilisationsübungen, um die Beweglichkeit zu verbessern und Verletzungen zu vermeiden.



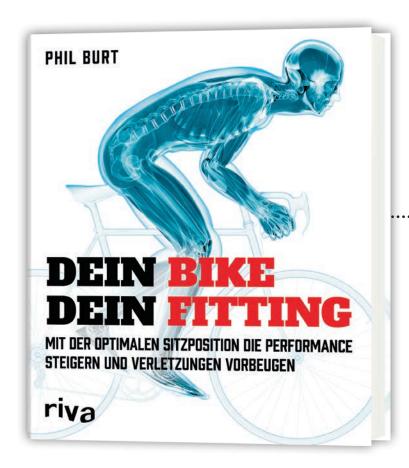
DR. KELLY STARRETT, Autor der Weltbestseller »Werde ein geschmeidiger Leopard« und »Sitzen ist das neue Rauchen«, ist Mitbegründer von San Francisco CrossFit und des Internetportals »The Ready State«, auf dem er seinen innovativen Trainingsansatz mit einem internationalen Publikum teilt.

JULIET STARRETT ist Anwältin, Sportlerin, Unternehmerin, Autorin und Podcasterin. Sie ist Mitbegründerin und CEO von San Francisco CrossFit und moderiert mit ihrem Mann den Podcast »The Ready State«. Zuvor war sie professionelle Sportlerin und von 1997 bis 2000 Teil des Kajak-Teams U.S. Extreme Whitewater. Sie hat zwei Weltmeisterschaften und fünf nationale Titel gewonnen.

352 Seiten, 17,0 × 24,0 cm | Softcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2292-0 | Warengruppe 1460



MEHR ALS 80 PROZENT DER DEUTSCHEN NUTZEN FAHRRÄDER IN DER FREIZEIT ODER IM ALLTAG



BURT, PHIL

Dein Bike, dein Fitting

Mit der optimalen Sitzposition die Performance steigern und Verletzungen vorbeugen

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 25.04.2023

- Der Autor ist Physiotherapeut des britischen Olympiateams und zahlreicher Tour-de-France-Gewinner
- Rennradfahrer, Mountainbiker, Triathlet, Indoor Cycling oder Alltagsfahrer – von Bikefitting profitiert jeder
- Aufschlussreiche Bebilderung mit anatomischen Zeichnungen und Richtig-falsch-Darstellungen

Egal ob Rennrad, Mountainbike oder Stadtfahrrad – statistisch gesehen besitzt jeder Deutsche ein Fahrrad. Und egal ob er es im Alltag oder zum Sportmachen nutzt: Ist das Rad nicht perfekt auf den Fahrer abgestimmt, leiden Fahrspaß und Performance darunter und das Verletzungsrisiko steigt. Um Beschwerden vorzubeugen und die eigene Leistung bestmöglich zu unterstützen, sollte jeder, vom Hobbysportler bis zum Profi, ein Bikefitting vornehmen. Wie sich das Fahrrad optimal an den Körper und die individuellen Ziele anpassen lässt, zeigt der renommierte Bikefitting-Experte Phil Burt in diesem Standardwerk. Anhand von zahlreichen Bildern und detaillierten Anleitungen erklärt er, wie Füße und Hände korrekt positioniert werden müssen und wie man die eigene Haltung analysiert.



PHIL BURT ist Physiotherapeut und einer der führenden Bikefitting-Experten. Zwölf Jahre lang betreute er das britische Radsport-Olympiateam sowie zahlreiche Tour-de-France-Gewinner. Als Autor mehrerer Bücher teilt er seine Expertise mittlerweile nicht mehr nur mit den Profis, sondern mit allen passionierten Radfahrern.



DIE BEEINDRUCKENDSTEN ATHLETEN UNSERER ZEIT: AUSSERGEWÖHNLICHE MENSCHEN UND IHRE GESCHICHTEN





CHRISTOPH CÖLN

REIFE LEISTUNG

MIT SPORT DEM ALTER TROTZEN.
INSPIRIERENDE GESCHICHTEN
VON MENSCHEN ÜBER 70





CÖLN, CHRISTOPH

Reife Leistung

Mit Sport dem Alter trotzen. Inspirierende Geschichten von Menschen über 70

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 24.01.2023

- Vorbilder für eine wachsende Altersgruppe – die Erfolgsgeheimnisse fitter Senioren werden gelüftet
- Vom Marathonläufer bis zum Fußballer – das Buch beleuchtet das Thema über verschiedenste Sportarten hinweg
- · Mit zahlreichen farbigen Bildern

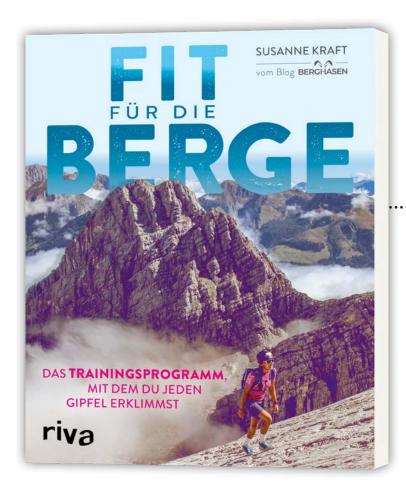
Wie ältere Menschen beim Sport das Glück finden und ihr Leben verlängern. Gibt es ein Mittel gegen das Altern? Ein Serum etwa? Ein Medikament? Einen Zaubertrank? Die

Antwort ist im Grunde einfach, sie lautet: Sport! Der Journalist Christoph Cöln zeigt am Beispiel von elf Seniorensportlern, wie man noch im hohen Alter Unglaubliches aus sich herausholen kann. Von der 94-jährigen Turnerin, die durch ihre Übungen zum YouTube-Star wurde, über zwei Mittsiebziger, die erst spät mit dem Skispringen anfingen und nun Deutschlands älteste aktive Athleten auf der Schanze sind, bis zum Läufer, der in seiner Altersklasse haufenweise Rekorde bricht und seinen Alltag auf den Sport ausrichtet



CHRISTOPH CÖLN studierte
Literatur, Film und Politische
Wissenschaften. Nach einem
Volontariat bei der Evangelischen
Journalistenschule in Berlin
wechselte er zur »WELT«, wo
er als Sportreporter von den
Olympischen Spielen und der
Fußball-WM berichtete. Derzeit
arbeitet er als Chef vom Dienst beim
Nachrichtenportal »t-online«.

BERGSPORT WIRD IMMER BELIEBTER: ÜBER 39 MILLIONEN MENSCHEN IN DEUTSCHLAND WANDERN REGELMÄSSIG



KRAFT, SUSANNE

Fit für die Berge

Das Trainingsprogramm, mit dem du jeden Gipfel erklimmst

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 21.03.2023

- Das erste Fitnessbuch für Wanderer und Bergsportler
- Autorin mit großer Reichweite in der Zielgruppe
- 40 Übungen und 6
 Trainingspläne für Einsteiger und Fortgeschrittene

Ob Wandern, Bergsteigen oder Klettern – Bergsport ist so beliebt wie nie! Doch um erfolgreich und verletzungsfrei Gipfel zu erklimmen, ist die richtige Vorbereitung essenziell. Sportwissenschaftlerin und Berg-Bloggerin Susanne Kraft liefert dafür das perfekte Trainingsprogramm. Neben 40 bebilderten Übungen, um Kraft und Ausdauer zu trainieren, zeigt sie Möglichkeiten auf, den Körper zu stabilisieren und somit Verletzungen am Sprunggelenk oder Knie zu vermeiden. Die Trainingspläne zur Verletzungsprävention und zur Vorbereitung auf Touren mit unterschiedlichen Höhenmetern sind sowohl für Einsteiger als auch für Fortgeschrittene geeignet und versprechen schnelle Erfolge. So kommt jeder fit und mit viel Spaß durch die Bergsaison!

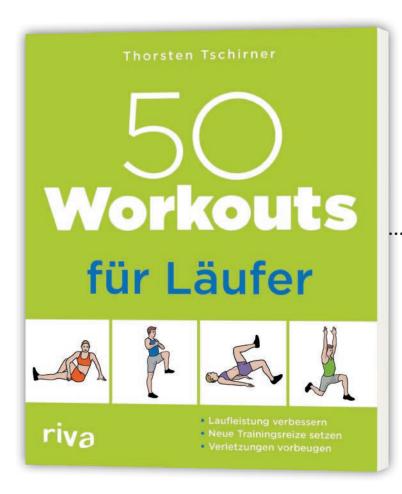


SUSANNE KRAFT ist
Sportwissenschaftlerin,
Trainingstherapeutin und begeisterte
Bergsportlerin. In ihrem Studium an
der Universität Salzburg hat sie sich
auf Prävention und Training im Bergund Ausdauersport spezialisiert.
Seitdem hilft sie Sportlern, sich in
den Bergen gesund zu bewegen
und leistungsfähiger zu werden. Auf
ihrem Blog »Berghasen.com« und
in den sozialen Medien begeistert
sie ihre Leser mit Tourentipps und
sportwissenschaftlichen Beiträgen.

176 Seiten, 19,0 × 24,0 cm | Softcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2301-9 | Warengruppe 1464



ERFOLGREICHE REIHE »50 WORKOUTS« MIT ÜBER 180.000 VERKAUFTEN EXEMPLAREN



TSCHIRNER, THORSTEN

50 Workouts für Läufer

Laufleistung verbessern, neue Trainingsreize setzen, Verletzungen vorbeugen

12,00 € (D), 12,40 € (A)

ET: 21.02.2023

- Rund 25 Millionen Deutsche joggen regelmäßig
- 50 abwechslungsreiche Übungsreihen für Einsteiger und Fortgeschrittene
- Erprobtes Workout-Konzept mit tollem Preis-Leistungs-Verhältnis

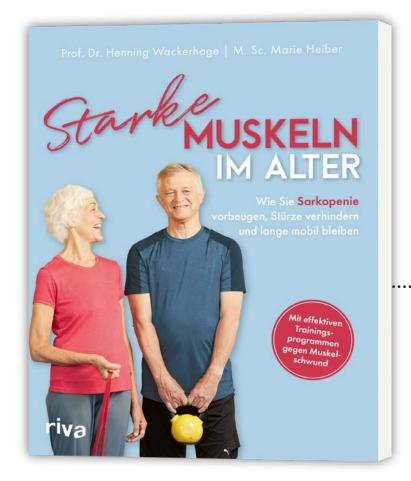
Laufen gehört zu den beliebtesten Sportarten der Deutschen. Um häufige Läuferprobleme wie einseitige Belastung, Verletzungen, fehlende Abwechslung oder stagnierende Leistung zu vermeiden, sind zusätzliche Workouts die perfekte Ergänzung für ein ausgewogenes Training. Der Sportjournalist und Personal Trainer Thorsten Tschirner zeigt die 50 besten Übungsreihen, um die Performance zu verbessern, neue Trainingsreize zu setzen und Beschwerden vorzubeugen. Dabei werden sowohl Kraft und Ausdauer aufgebaut als auch Beweglichkeit und Stabilisation gefördert. Die bebilderten Übungen und übersichtlich gestalteten Workouts machen die Umsetzung einfach. Egal ob Einsteiger oder Marathonläufer.



THORSTEN TSCHIRNER

arbeitete nach seinem Sport- und Journalistikstudium viele Jahre als Personal Trainer, Fitnessinstructor und Cheftrainer eines großen Fitnesscenters in Hamburg. Heute ist er auch als Berater und Manager im Tourismus- und Gesundheitsbereich tätig. Er verfasste zahlreiche Ratgeber zu den Themen Fitness und Muskelaufbau.

JEDER ZWEITE ÜBER 80-JÄHRIGE IST VON SARKOPENIE, DEM ALTERSBEDINGTEN ABBAU DER MUSKULATUR, BETROFFEN



PROF. DR. WACKERHAGE, HENNING; HEIBER, MARIE

Starke Muskeln im Alter

Wie Sie Sarkopenie vorbeugen, Stürze verhindern und lange mobil bleiben. Mit effektiven Trainingsprogrammen gegen Muskelschwund

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 21.03.2023

- Erstes Fitnessbuch zum Thema Sarkopenie
- Muskelschwund ist ein ernst zu nehmendes Problem im Alter
- Über 50 bebilderte Übungen und Trainingspläne für drei Altersstufen

Im Alter von 30 bis 50 Jahren fangen Muskelmasse und -funktion an zu schwinden, ab 60 Jahren beschleunigt sich dieser Vorgang. Durch die fehlende Muskulatur sind Kraft und Reaktionsvermögen reduziert und damit einhergehend erhöht sich das Sturzrisiko. Bei Männern über 70 Jahren liegt die Wahrscheinlichkeit für derartige Unfälle bei 50 Prozent, bei Frauen gleichen Alters sogar bei über 60 Prozent im Jahr. Studien und Untersuchungen haben gezeigt, dass mit Fitnesstraining die Sturzrate in Heimen um 40 Prozent gesenkt werden konnte. Das beweist, dass es von essenzieller Bedeutung ist, Muskeln so lange wie möglich fit zu halten.



PROF. DR. HENNING WACKERHAGE leitet die Professur für Sportbiologie an der Technischen Universität München. Sein Forschungsgebiet ist die molekulare Sportphysiologie, die sich mit Anpassungsmechanismen an sportliches Training, unter anderem durch Genetik, beschäftigt.



MARIE HEIBER ist
Sportwissenschaftlerin mit
Schwerpunkt Sportphysiologie an der
Technischen Universität München.
Ihr Hauptinteresse liegt auf der
durch Kraft- und Ausdauertraining
angeregten molekularen Anpassung
des menschlichen Körpers.



DAS ERSTE YOGABUCH FÜR DIE GANZE FAMILIE



HELTEN, ANDREA

Ich zähle jetzt bis Ommm

Mit Yoga, Achtsamkeit und Selbstfürsorge entspannt durch den Familienalltag. 70 Übungen und Rituale für Groß und Klein

20,00 € (D), 20,60 € (A)

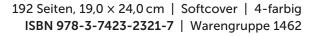
ET: 25.04.2023

- Autorin ist Expertin für Kinderyoga und Familiencoach
- Modern illustriert mit diversen Familienkonstellationen sowie lebensnah und humorvoll geschrieben
- Mit über 70 Übungen und Ritualen

Der stressige Alltag moderner Familien ist mitunter für Groß und Klein sehr belastend und es ist nicht immer einfach, alle Termine und Wünsche unter einen Hut zu bringen. Yoga kann da der perfekte Ausgleich sein. Von der entspannenden Wirkung profitieren nicht nur die von Homeoffice, Haushalt und Freizeitstress geplagten Eltern. Auch Teenager im Hormonchaos werden durch ausgleichende Asanas unterstützt oder Kinder im schulischen Leistungsdruck entlastet. Kinderyogaexpertin und Family-Coach Andrea Helten zeigt über 70 Übungen und Rituale für typische Alltagssituationen von morgens bis abends. Lebensnah und mit einem Augenzwinkern erklärt sie, wie Familien den verschiedenen Bedürfnissen ihrer Mitglieder gerecht werden und gemeinsam relaxen können.

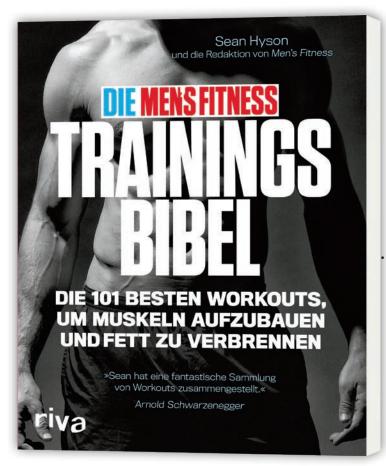


ANDREA HELTEN ist Yogalehrerin für Erwachsene und Kinder, Bloggerin und Onlineredakteurin. Sie war zehn Jahre News-Redakteurin für MTV und VIVA und begann 2005, kurz vor der Geburt ihrer Tochter, mit Yoga. Bereits als Baby war ihre Tochter bei vielen Kursen dabei und bald stellte Helten fest, dass Kinder eigentlich die wahren Yogis sind. 2013 begann sie die Ausbildung zur Kinderyogalehrerin. In ihrem Yogastudio in Berlin gibt sie regelmäßig Kurse für Eltern und Kinder.





DAS WELTBESTE TRAININGSPROGRAMM FÜR MÄNNER AUF DEM DEUTSCHEN MARKT



HYSON, SEAN; REDAKTION VON MEN'S FITNESS

Die Men's Fitness Trainingsbibel

Die 101 besten Workouts, um Muskeln aufzubauen und Fett zu verbrennen

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 27.12.2022

- Jetzt mit unschlagbarem Preis-Leistungs-Verhältnis
- 101 Workouts mit und ohne Geräte für das Kraft- und Ausdauertraining – geeignet für jedes Leistungslevel
- Alle Workouts und Übungen sind bebildert und übersichtlich dargestellt

Keine Zeit, kein Equipment, keine Lust? Mit der »Men's Fitness Trainingsbibel« gibt es keine Ausreden mehr! Egal,

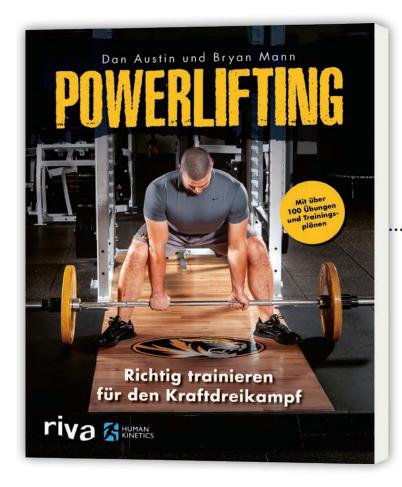
ob im Fitnessstudio oder zu Hause, Einsteiger oder Profi, mit oder ohne Geräte – die 101 Workouts von weltweit führenden Fitnessexperten sind so zusammengestellt worden, dass jeder den maximalen Trainingseffekt herausholen kann. Den Schwerpunkt bilden Ganzkörperworkouts, die entweder im Fitnessstudio an Maschinen, mit Geräten wie Kettlebell, Schlingentrainer, Medizinball oder mit dem eigenen Körpergewicht ausgeführt werden, sowie Workouts für einzelne Körperzonen wie Arme, Brust oder Bauch. Ergänzende Ausdauerpläne, die in nur 8 Minuten so effektiv sind wie andere Trainings in 80 Minuten.

SEAN HYSON ist Redaktionsleiter bei den Magazinen »Men's Fitness« und »Muscle & Fitness«. Als zertifizierter Fitnesstrainer schreibt er bereits seit über 15 Jahren über Training und Ernährung.

368 Seiten, 19,0 × 24,0 cm | Softcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2312-5 | Warengruppe 1464



DAS EINZIGE FUNDIERTE BUCH ZUM THEMA POWERLIFTING AUF DEM DEUTSCHEN MARKT



AUSTIN, DAN; MANN, BRYAN

Powerlifting

Richtig trainieren für den Kraftdreikampf – mit über 100 Übungen und Trainingsplänen

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 27.12.2022

- Das Standardwerk jetzt mit unschlagbarem Preis-Leistungs-Verhältnis
- Über 100 Übungen zur Verbesserung von Kraft und Technik bei Kniebeuge, Bankdrücken und Kreuzheben
- Zahlreiche Trainingsprogramme, Periodisierungspläne und mentale Strategien zur idealen Wettkampfvorbereitung

Powerlifting ist technisch und körperlich extrem

anspruchsvoll. Um die hohen Anforderungen zu meistern, ist ein fokussiertes, intensives Training notwendig. Basierend auf ihrer eigenen Praxiserfahrung führen der mehrfache Weltmeister Dan Austin und Kraft- und Ausdauerspezialist Bryan Mann in diesem Standardwerk in die speziellen Aspekte des Kraftdreikampfs ein und geben umfassende und fundierte Anleitungen – von der mentalen Vorbereitung über die richtige Ernährung bis zur korrekten Umsetzung der drei Disziplinen Kniebeuge, Bankdrücken und Kreuzheben. Mit 100 Übungen sowie Trainingsprogrammen und Periodisierungsplänen können Athleten gezielt an ihrer Kraft und Technik arbeiten und sich kontinuierlich steigern.



DAN AUSTIN arbeitet seit über 20 Jahren als Kraft- und Ausdauertrainer und ist aktuell an der Universität von South Carolina beschäftigt. Er betrieb 30 Jahre lang Powerlifting, gewann im Laufe seiner Karriere neun Weltmeisterschaften sowie 15 nationale Meisterschaften und erzielte mehrere Weltrekorde.

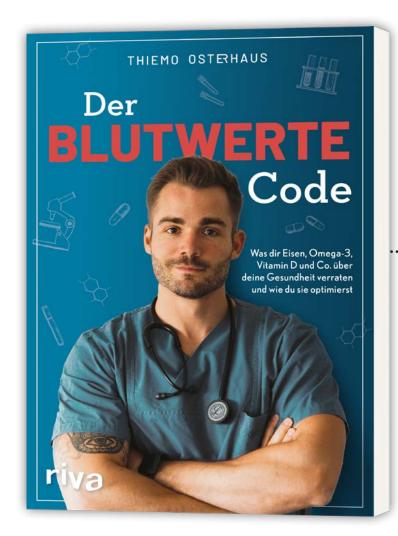


BRYAN MANN betreute als zertifizierter Kraft- und Ausdauertrainer bereits viele Profisportler und arbeitet zurzeit an der Universität von Missouri. Während seiner Highschool- und College-Zeit wurde er viermal nationaler Meister sowie zweimal Weltmeister im

240 Seiten, 19,0 × 24,0 cm | Softcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2311-8 | Warengruppe 1464



DAS EINZIGE ERKLÄRENDE BLUTWERTEBUCH AUF DEM DEUTSCHEN BUCHMARKT



OSTERHAUS, THIEMO

Der Blutwerte-Code

Was dir Eisen, Omega-3, Vitamin D und Co. über deine Gesundheit verraten und wie du sie optimierst

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 25.04.2023

- Autor mit großer Reichweite in der Zielgruppe: über 55.000
 Follower in den sozialen Medien
- Komplexe Zusammenhänge einfach erklärt
- Anleitung zur Selbsthilfe durch ausführliche Therapiepläne zu spezifischen Beschwerdebildern

Blutwerte verraten Essenzielles über den Zustand des Körpers – zum Beispiel, wo die Ursachen für Energielosigkeit, Konzentrationsschwierigkeiten, Probleme beim Abnehmen und viele weitere Beschwerden liegen. Doch die wenigsten Ärzte kennen diese Möglichkeit oder können die Werte richtig interpretieren. Der funktionelle Mediziner Dr. Thiemo Osterhaus hat es sich zur Aufgabe gemacht, diesen Missstand zu beheben und nicht nur Ärzten, sondern auch Betroffenen das nötige Wissen zu vermitteln. In seinem ersten Buch zeigt er, wie man Blutwerte analysiert und nutzt, um die eigene Gesundheit zu optimieren. Er erklärt, wie Defizite an Omega-3, Eisen und Co. entstehen, welche Folgen sie für den Körper haben und wie man sie mit Lifestyleumstellungen ausgleicht.



THIEMO OSTERHAUS ist Arzt mit Praxis in Bonn. Durch seine Erfahrungen als Mediziner, Personal Trainer, Fachhochschuldozent und Unternehmer stellte er fest: Gesundheit muss ganzheitlich betrachtet werden. In der von ihm gegründeten Medletics Akademie lehrt er ein allumfassendes Gesundheitskonzept, in dem Medizin, Ernährung, Training, Regeneration und Psychologie zusammenfließen. Er teilt sein Wissen auf Instagram, YouTube und in seinem Podcast mit einer wachsenden Community.

224 Seiten, 17,0 × 24,0 cm | Softcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2400-9 | Warengruppe 1460



40 PROZENT DER DEUTSCHEN LEBEN MIT MINDESTENS EINER CHRONISCHEN ERKRANKUNG



DR. MED. DENT. NEUBAUER, ALEXANDER

Die geheime Kraft der Zähne

Die wahre Ursache für chronische Krankheiten und warum die ganzheitliche biologische Zahnmedizin der Schlüssel für ein langes und gesundes Leben ist

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 21.02.2023

- Zukunftsforscher sagen, dass ganzheitliche Medizin einer der größten Wachstumsmärkte der Zukunft ist
- Der Autor ist einer der ersten Spezialisten für biologische Zahnheilkunde in Europa

Chronische Erkrankungen steigen weltweit dramatisch an: Mittlerweile leben etwa 40 Prozent der Deutschen mit Leiden wie Bluthochdruck, Arthrose, Demenz oder Rückenschmerzen, ohne dass die Medizin bislang Erfolg versprechende Lösungen gefunden hat. Was viele nicht wissen, aber Experten bestätigen: 70 Prozent aller chronischen Erkrankungen können ihre Ursache im Mund haben. Akute Entzündungen, Metalle, die toxisch wirken, tote Zähne, die das Bakterienwachstum fördern, oder »Löcher« im Kieferknochen, die gefährliche Botenstoffe produzieren – all das kann das Immunsystem belasten und zu chronischen Krankheiten führen. Werden die Gefahren und Krankmacher nicht erkannt, kann es zum fatalen gesundheitlichen Zusammenbruch kommen.



DR. MED. DENT. ALEXANDER **NEUBAUER** ist einer der ersten Spezialisten für biologische Zahnheilkunde in Europa und seit 2004 in eigener Praxis in Tittling in Bayern tätig. Er ist bekannt durch nationale und internationale Vorträge, eigene Seminare und seine Tätigkeit als Mentor für angehende Zahnärzte. Im Jahr 2019 gründete er das ganzheitliche Zentrum MEDIDENT BAVARIA, das heute Anlaufstelle für Patienten aus der ganzen Welt ist. In seinem Podcast und auf seiner Website medident-bavaria.de stellt er zahlreiche Themen rund um die ganzheitliche Gesundheit vor.

176 Seiten, 17,0 × 24,0 cm | Softcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2290-6 | Warengruppe 1465



FRAUENGESUNDHEIT IST AKTUELL EIN VIEL DISKUTIERTES THEMA MIT GROSSER MEDIALER AUFMERKSAMKEIT



GROSS, DR. MED. KATRIN

100 Fragen an deine Frauenärztin

Die wichtigsten Fakten und Tipps zu Sexualität, Verhütung, Vaginalflora, dem weiblichen Zyklus und häufigen Beschwerden

16,00 € (D), 16,50 € (A)

ET: 25.04.2023

- Über 80 Prozent der 42
 Millionen Frauen in Deutschland sind über 20 Jahre alt und sollten regelmäßig zur Frauenärztin gehen
- Podcast der Autorin mit bis zu
 25.000 Zuhörerinnen pro Folge
 und er gewinnt immer mehr an Reichweite

Endlich ist Frauengesundheit kein Tabuthema mehr! Doch manche Mythen halten sich hartnäckig und vielen Frauen ist es nach wie vor unangenehm, offen über Themen wie Sex oder Menstruationsbeschwerden zu sprechen. Auf all die unbeantworteten oder gar ungestellten Fragen geht die Gynäkologin Dr. Katrin Gross in ihrem Buch ein und bietet Leserinnen damit eine umfassende und entspannte Sprechstunde voller Infos und mit praktischem Rat rund um Anatomie, Hormonhaushalt, Verhütungsmethoden, Geschlechtskrankheiten oder Schmerzen beim Sex. Evidenzbasiert, leicht verständlich und gänzlich unverkrampft erklärt sie, was es braucht, um die Gesundheit des weiblichen Körpers zu schützen.

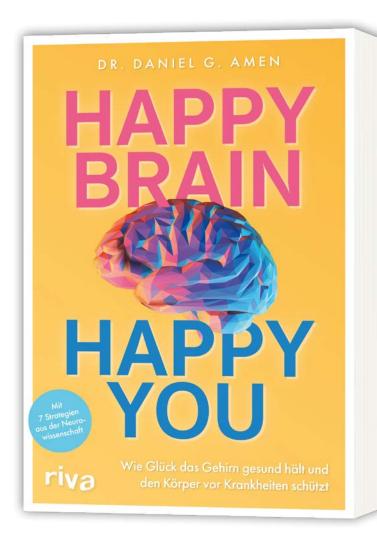


DR. KATRIN GROSS ist Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe. Während ihres Medizinstudiums an der Universität Tübingen leitete sie einen Arbeitskreis für Sexualaufklärung. Heute arbeitet sie in einer Frauenklinik. In ihrem erfolgreichen Podcast »Clitoria's Secrets« spricht sie gemeinsam mit ihrer Freundin Ronja Hoffmann über Themen rund um Frauengesundheit – für alle, die keine Frauenärztin zur Freundin haben.

208 Seiten, 14,8 × 21,0 cm | Softcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2395-8 | Warengruppe 1460



LAUT DEM »GLÜCKSATLAS« SIND DIE DEUTSCHEN SO UNGLÜCKLICH WIE NIE



DR. AMEN, DANIEL G.

Happy Brain – Happy You

Wie Glück das Gehirn gesund hält und den Körper vor Krankheiten schützt. Mit 7 Strategien aus der Neurowissenschaft

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 24.01.2023

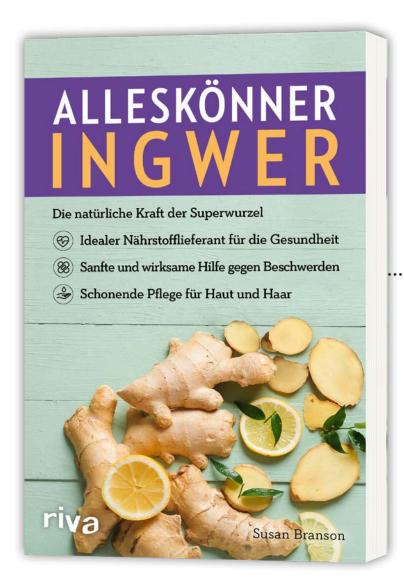
- Das erste Buch, das den physiologischen Zusammenhang zwischen Glück und Gesundheit verständlich erklärt
- Daniel Amen ist Gastautor weltweit renommierter Magazine wie »Time«, »New York Times« und »Men's Health«
- Sieben einfache Gewohnheiten genügen, um glücklicher zu werden

Glück ist mehr als ein Gefühlszustand – es ist eine Gehirnfunktion, ein physiologischer Prozess, der sowohl Nährstoffe benötigt als auch produziert. Letztere sind enorm wichtig für weitere Abläufe im menschlichen Organismus. Man kann also sagen: Man braucht ein gesundes Gehirn, um sich glücklich zu fühlen, und ein glückliches Gehirn, um körperlich gesund zu sein. Um diesen Kreislauf anzukurbeln und aktiv zu halten, hat Neurowissenschaftler Dr. Daniel Amen sieben Strategien entwickelt, mit denen jeder den eigenen Glücks- und Gesundheitszustand verbessern kann. Hat man erst einmal seinen Gehirntyp identifiziert, lässt sich ganz gezielt die eigene »Glücksstrategie« zusammenstellen.



DR. DANIEL G. AMEN ist
Neurowissenschaftler, Kinderund Jugendpsychiater und Leiter
der Amen Clinic for Behavioral
Medicine. Der mehrfach
ausgezeichnete Wissenschaftler
ist ein international anerkannter
Experte auf dem Gebiet der Gehirnund Verhaltensforschung. Er hat
zahlreiche Bücher veröffentlicht,
darunter mehrere Bestseller.

EIN WEITERES ALLROUNDTALENT IN DER ERFOLGREICHEN »ALLESKÖNNER«-REIHE MIT ÜBER 30.000 VERKAUFTEN EXEMPLAREN



BRANSON, SUSAN

Alleskönner Ingwer

Die natürliche Kraft der Superwurzel: Idealer Nährstofflieferant für die Gesundheit. Sanfte und wirksame Hilfe gegen Beschwerden. Schonende Pflege für Haut und Haar

 $10,00 \in (D), 10,30 \in (A)$

ET: 24.01.2023

- Der als gesunde Wunderknolle gefeierte Ingwer liegt voll im Trend
- Mit über 100
 einfachen, vielseitigen
 Anwendungsmöglichkeiten und
 Rezepten
- Die natürliche und umweltfreundliche Alternative zu industriell hergestellten Arzneiund Kosmetikprodukten

Als Immun- und Energiebooster ist Ingwer derzeit das Trendgetränk gesundheitsbewusster Foodies. Doch

Ingwer gehört nicht nur in die Küche, sondern auch in jede Hausapotheke! Denn die Wurzel enthält eine ganze Menge wertvoller entzündungshemmender, antiviraler und antibakterieller Inhaltsstoffe, die sich jeder zunutze machen kann und sollte. So wirkt Ingwer gegen grippale Infekte, Hautausschlag und Zahnschmerzen, hemmt Entzündungen, die im Körper brodeln, hilft bei Gelenk- und Muskelschmerzen und senkt einen zu hohen Blutdruck. Zudem bindet er Toxine und leitet sie aus dem Körper aus, wodurch der Organismus gereinigt wird. Das Resultat: befreite Atemwege, saubere Arterien und eine starke Leber.



SUSAN BRANSON hat Biologie und Toxikologie studiert, ist zertifizierte Ernährungsberaterin der Canadian School of Natural Nutrition und Autorin mehrerer Ratgeber zum Thema natürliche Hausmittel für Gesundheit und Haushalt. In ihren Büchern teilt sie ihr Wissen darüber, wie man sich die Heilkraft und Eigenschaften von Pflanzen zunutze machen kann, um gesünder und nachhaltiger zu leben.

144 Seiten, $12.0 \times 18.7 \, \text{cm} \mid \text{Softcover}$ ISBN 978-3-7423-2264-7 | Warengruppe 1485



DER NEUE »ALLESKÖNNER« IN DER ERFOLGREICHEN REIHE MIT ÜBER 30.000 VERKAUFTEN EXEMPLAREN



BRANSON, SUSAN

Alleskönner Kokosöl

Ein Öl – viele Anwendungsmöglichkeiten: virale und bakterielle Infekte bekämpfen, den Stoffwechsel ankurbeln, die Haut schützen und pflegen

10,00 € (D), 10,30 € (A)

ET: 21.02.2023

- Kokosöl ist der Food- und Gesundheitstrend der letzten Jahre
- Mehr als 100
 Anwendungsmöglichkeiten für Gesundheit, Wohlbefinden und Schönheit
- Die pflanzliche Alternative zu industriell hergestellten Mitteln, ganz ohne aggressive und chemische Zusatzstoffe

Gwyneth Paltrow, Miranda Kerr, Blake Lively – sie alle schwören auf die Heilkraft der Kokosnuss. Zu Recht hat die Frucht in den letzten Jahren einen wahren Gesundheitsund Beauty-Hype ausgelöst, denn ihr Öl ist ein echter Alleskönner. Die darin enthaltenen Fettsäuren haben einerseits einen pflegenden und nährenden Effekt für Haut und Haar. Andererseits stärken sie das Immunsystem, wirken regulierend auf den Hormonhaushalt, regen den Stoffwechsel an und steigern sogar die Gehirnfunktion, was bei der Behandlung von Alzheimer und Depressionen helfen kann. Kokosöl verfügt zudem über antibakterielle, antivirale und entzündungshemmende Eigenschaften.



SUSAN BRANSON hat Biologie und Toxikologie studiert, ist zertifizierte Ernährungsberaterin der Canadian School of Natural Nutrition und Autorin mehrerer Bücher zum Thema natürliche Hausmittel für Gesundheit und Haushalt. In ihren Büchern teilt sie ihr Wissen darüber, wie man sich die Heilkraft und Eigenschaften von Pflanzen zunutze machen kann, um natürlicher, gesünder und nachhaltiger zu leben.



MEHR ALS DIE HÄLFTE DER ÜBER 65-JÄHRIGEN SCHLUCKT JEDEN TAG FÜNF ODER MEHR PILLEN



KOHLHOF, MATTHIAS

Weniger ist mehr – Medikationsrisiken erkennen und vermeiden

Warum zu viele Medikamente gravierende Beschwerden bei älteren Menschen auslösen und was Betroffene und pflegende Angehörige tun können

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 21.02.2023

- Der erste Ratgeber, der sich mit der weitverbreiteten, aber unnötigen Praxis der Übermedikation beschäftigt
- Der Autor hat ein einzigartiges
 Datenbanktool zur Auswertung von Polymedikationen entwickelt

Immer mehr Patienten werden einer zunehmenden Übermedikation und damit unnötigen Risiken ausgesetzt.

Denn je mehr Diagnosen vor allem bei älteren Menschen gestellt werden, umso mehr Medikamente verordnen Ärzte, ohne zuvor nach einer bestehenden Medikamenteneinnahme gefragt zu haben. Somit kann der Arzt auch nicht feststellen, ob etwaige neue Symptome oder Beschwerden bereits als unerwünschte Reaktion aus der aktuellen Medikation entstanden sind – und ob sein Behandlungsansatz zielführend ist. Um Betroffene und ihre pflegenden Angehörigen für dieses wichtige Thema zu sensibilisieren, rät der geriatrische Pharmazeut Matthias Kohlhof, genauer auf die Risiken zu schauen.



MATTHIAS KOHLHOF ist geriatrischer Pharmazeut und hat sich auf die Darstellung medikamentöser Risikolagen spezialisiert. Dazu hat er im Laufe vieler Jahre die gesetzlich vorgegebenen Fachinformationen von Arzneimitteln in eine umfangreiche Datenbank einfließen lassen, um Medikationsrisiken für Patienten auswerten zu können. Hinzu kommen Auftragsanalysen für Ärzte, Apotheker, Krankenkassen und pflegende Angehörige.

176 Seiten, 17,0 × 24,0 cm | Softcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2254-8 | Warengruppe 1460



TRIGGERPUNKTE SIND DIE HÄUFIGSTE URSACHE FÜR CHRONISCHE BEWEGUNGSSCHMERZEN



FINN, RICHARD

Triggerpunkte selbst behandeln

Mit der 4-Schritte-Methode Schmerzen in Nacken, Rücken, Hüfte und Knie dauerhaft lindern

18,00 € (D), 18,60 € (A)

ET: 21.03.2023

- Mehr als 60 Prozent der Deutschen leiden jährlich unter Rücken- und mehr als 45 Prozent unter Nackenschmerzen
- Zunehmender Trend in der Fitnessszene: Immer mehr Tools zur Triggerpunktbehandlung erscheinen auf dem Markt
- Illustrierte Anleitungen zu mehr als 50 Schmerzbildern

Mehr als die Hälfte der Deutschen leidet mindestens einmal im Jahr unter Rücken- oder Nackenschmerzen.

Aber auch in anderen Körperbereichen gehören akute oder chronische Muskelschmerzen für viele Menschen zum Alltag. Häufiger Auslöser dafür sind die sogenannten Triggerpunkte, schmerzhafte, verkürzte und schlecht durchblutete Bereiche im Muskelgewebe. Physiotherapeut Richard Finn erklärt, wie sie durch falsche Haltung, Überdehnung oder Überlastung der Muskeln entstehen, welche anderen Beschwerden – wie Kopfschmerzen, Taubheitsgefühle oder Arthritis – damit zusammenhängen und was man dagegen tun kann.



RICHARD FINN ist ausgebildeter Schmerz- und Physiotherapeut, spezialisiert auf myofasziale Triggerpunkttherapie. Sein umfassendes Wissen rund um Schmerzbehandlung und Triggerpunkte teilt Finn auf seiner Website und seinem YouTube-Kanal mit Betroffenen.

192 Seiten, 19,0 × 24,0 cm | Softcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2330-9 | Warengruppe 1465



FAST JEDER ZWEITE DEUTSCHE LEIDET EINMAL IM JAHR AN NACKENSCHMERZEN



KIESLING, GABRIELE

Nacken & Schultern – schmerzfrei in 30 Tagen

Über 90 Übungen gegen Verspannungen, Blockaden und andere Beschwerden

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 21.03.2023

- Fortsetzung des erfolgreichen Konzepts »Schmerzfrei in 30 Tagen«
- Renommierte Autorin und Physiotherapeutin
- Über 90 Übungen und Programme für den Alltag

Ein steifer Nacken, verkrampfte Muskeln, Bewegungseinschränkungen – über 45 Prozent der Deutschen leiden mindestens einmal jährlich an Nackenschmerzen, einer der häufigsten orthopädischen Beschwerden. Eine Überbelastung der oberen Wirbelsäule und myofaszialen Strukturen – oft bedingt durch Schreibtischarbeit, exzessive Handynutzung oder falsches Krafttraining – führt nicht nur zu Beschwerden im Nacken, sondern auch in Schultern und Armen. Häufig werden aus den zunächst akuten Schmerzen chronische Krankheitsbilder wie Migräne, CMD, Schultersteife oder Karpaltunnelsyndrom. Um dieser negativen Entwicklung entgegenzuwirken, hat Physiotherapeutin Gabriele Kiesling ein Programm gegen Nackenschmerzen erstellt.



GABRIELE KIESLING ist Physiotherapeutin mit eigener Praxis und Geschäftsführerin des Deutschen Instituts für Qualität in der Physiotherapie. Sie veröffentlicht regelmäßig in Patientenzeitschriften und Fachmedien und hält Fortbildungen für Ärzte und Physiotherapeuten. Seit vielen Jahren befasst sie sich mit der Faszientherapie und ist Mitglied der Fascia Research Group der Universität München. Sie ist Autorin der erfolgreichen Reihe »Physiotherapie für zu Hause«, die bereits mehrere Bände umfasst.

208 Seiten, 19,0 × 24,0 cm | Softcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2295-1 | Warengruppe 1460



OHNE RISIKEN UND NEBENWIRKUNGEN: DIE REIN PFLANZLICHE UND NATÜRLICHE ALTERNATIVE ZU CHEMISCHEN ARZNEIMITTELN



MISFELD, TUULA

Aromatherapie für Senioren

Wie Sie mit ätherischen Ölen Gelenkschmerzen lindern, den Blutdruck stabilisieren, das Immunsystem stärken und das Gedächtnis unterstützen. Mit über 100 Ölmischungen

16,00 € (D), 16,50 € (A)

ET: 21.02.2023

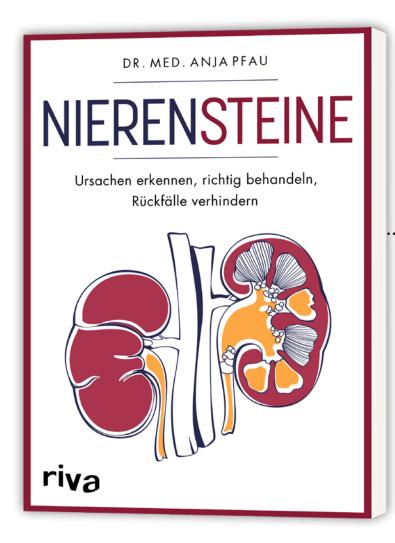
- Die Autorin ist gefragte
 Expertin im TV und arbeitet
 eng mit Krankenhäusern,
 Seniorenresidenzen und
 Hospizen zusammen
- Mit Duftölen lassen sich nicht nur der Geruchssinn, sondern auch das Gedächtnis und kognitive Fähigkeiten trainieren

Der Trend zu Naturheilkunde wächst stetig. Auch ältere Menschen setzen vermehrt auf natürliche Heilmittel, da sie eine sanfte Alternative zu teils aggressiven Medikamenten darstellen. Aromatherapie ist dafür genau der richtige Ansatz, denn ätherische Öle duften nicht nur fantastisch und sind einfach anzuwenden, sie verfügen vor allem über antivirale und entzündungshemmende Eigenschaften. All das macht sie zum idealen Helfer bei zahlreichen klassischen Altersbeschwerden – ob schmerzende Muskeln und Gelenke, spröde, wunde Haut, zu hoher Blutdruck, Nagelbett- oder Zahnfleischentzündungen, Reizhusten oder Sodbrennen. Aromaexpertin Tuula Misfeld hat ihr Wissen aus jahrzehntelanger Erfahrung zusammengetragen.



TUULA MISFELD ist ausgebildete Krankenpflegerin, Heilpraktikerin und ärztlich geprüfte Aromaexpertin. Seit über 20 Jahren befasst sie sich mit der Wirkung von ätherischen Ölen und gibt als selbstständige Aromatherapeutin und Inhaberin von eora Aromatherapie ihr Wissen in Vorträgen, Schulungen und Workshops weiter. Sie arbeitet unter anderem mit Krankenhäusern und Apotheken zusammen und ist Stammgast des MDR-Gesundheitsmagazins »Hauptsache gesund«.

10 PROZENT DER DEUTSCHEN LEIDEN MINDESTENS EINMAL IM LEBEN AN EINEM NIERENSTEIN



DR. MED. PFAU, ANJA

Nierensteine – Ursachen erkennen, richtig behandeln, Rückfälle verhindern

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 21.03.2023

- Der erste fundierte Ratgeber zum Thema Nierensteine auf dem Buchmarkt
- Autorin betreute an der Charité Berlin mehrere Jahre Patienten mit chronischem Nierensteinleiden
- Kurzweilig geschrieben anhand einer fiktiven Arzt-Patienten-Sprechstunde

In den letzten 20 Jahren haben Nierensteinerkrankungen kontinuierlich zugenommen: 10 Prozent der Deutschen leiden mittlerweile mindestens einmal in ihrem Leben an einem Nierenstein. Da im deutschen auf Fallpauschalen basierten Gesundheitssystem ausführliche Aufklärung und Prävention leider oft zu kurz kommen, ist für die meisten Betroffenen am Ende eine Operation nötig – obwohl es zahlreiche Möglichkeiten gibt, Nierensteinen effektiv vorzubeugen! Dr. med. Anja Pfau zeigt detailliert auf, welche Ursachen Nierensteine haben können und was man selbst tun kann, um das Auftreten neuer Steine zu verhindern.

DR. MED. ANJA PFAU ist Fachärztin für Innere Medizin und Nephrologie. An der Charité in Berlin hat sie über mehrere Jahre Patienten mit chronischen Nierensteinleiden in einer Spezialsprechstunde betreut. Sie ist Co-Autorin zahlreicher Artikel zum Thema Nierensteine in nationalen und internationalen Fachjournalen. Derzeit arbeitet sie als Nephrologin wieder in ihrer Heimat in Bayern.



RIESIGE ZIELGRUPPE: KNAPP 30 MILLIONEN MENSCHEN IN DEUTSCHLAND HABEN MIT ALLERGIEN ZU KÄMPFEN



SÜTFELS, DR. MED. GERRIT

Allergien? Ohne mich!

Der natürliche Weg zu einem beschwerdefreien Leben. Mit Programmen gegen Heuschnupfen, Asthma, Neurodermitis und Nahrungsmittelallergien

18,00 ∈ (D), 18,60 ∈ (A)

ET: 25.04.2023

- Maßnahmen zur akuten Soforthilfe sowie zur dauerhaften Linderung
- Natürliche Alternativen zu Kortison und Antihistaminika
- Ursachenorientierte
 Behandlungen zur langfristigen
 Regulation des Immunsystems

Über ein Drittel der Deutschen leidet an einer Allergie – ob gegen Pollen, Hausstaub, Tierhaare oder Nahrungsmittel – und die Zahl der Betroffenen steigt weiter an, da die Menschen durch den modernen Lebensstil immer sensitiver werden. Zudem entstehen als Folge von Umweltveränderungen neue Allergene. Die Lebensqualität von Allergikern ist häufig enorm eingeschränkt: Permanent von einer laufenden Nase, Reizhusten bis hin zu Atemnot, juckender und wunder Haut oder Verdauungsbeschwerden begleitet zu werden, ist nicht nur für den Körper, sondern auch für die Psyche anstrengend.



DR. MED. GERRIT SÜTFELS ist

Facharzt für Allgemeinmedizin mit Schwerpunkt auf ganzheitlicher Medizin. Nach seinem Medizinstudium in Düsseldorf arbeitete er zunächst in der inneren Medizin, bevor er sich mit einem Wechsel in eine Klinik für Naturheilkunde auf die natürliche Behandlung von Beschwerden fokussierte. Seit 2010 ist er Teil der Praxis für Ganzheitliche Medizin in Düsseldorf, die er seit 2013 leitet.

»WAS ICH AN DIR LIEBE« HAT SICH BEREITS ÜBER EINE HALBE MILLION MAL VERKAUFT



REINWARTH, ALEXANDRA

Was ich an dir liebe

Eine originelle Liebeserklärung zum Ausfüllen und Verschenken

12,00 € (D), 12,40 € (A)

ET: 24.01.2023

- Durch die hochwertige Ausstattung ein Schmuckstück im Regal
- Ausgefüllt wird das Buch zu einem ganz persönlichen und einzigartigen Geschenk

Der Bestseller »Was ich an dir liebe« von Alexandra Reinwarth in neuem Look: Der hochwertige Leineneinband und die Goldfolienveredelung werten das beliebte Ausfüllbuch zu einem ganz besonderen Geschenk mit ansprechender Haptik auf. Tiefgründige und emotionale Fragen, Erinnerungen, Komplimente und humorvolle Denkanstöße machen dieses Buch zu einer wunderbaren Liebeserklärung. Ob zu Geburtstag, Weihnachten oder Jahrestag – eine schönere Aufmerksamkeit kann es für den Lieblingsmenschen nicht geben.



ALEXANDRA REINWARTH ist
Bestsellerautorin und hat neben
der Reihe »Was ich an dir liebe«
schon viele andere erfolgreiche
Bücher für die Verlage riva und mvg
geschrieben. Dazu gehören auch
die »SPIEGEL«-Bestseller »Am Arsch
vorbei geht auch ein Weg« und »Das
Leben ist zu kurz für später«. Sie lebt
mit ihrer Familie in Valencia, wo sie
als Produzentin und Autorin tätig ist.

250.000 VERKAUFTE EXEMPLARE DES KLASSIKERS »WAS ICH AN DIR LIEBE, MAMA«



REINWARTH, ALEXANDRA

Was ich an dir liebe, Mama

Eine originelle Liebeserklärung zum Ausfüllen und Verschenken

12,00 € (D), 12,40 € (A)

ET: 21.03.2023

- Hochwertige Ausstattung durch Leineneinband, Leseband und Goldfolienveredelung
- Individuelles und einzigartiges Geschenk für Mamas zu jedem Anlass

Eine ganz persönliche, handgeschriebene Botschaft ist das schönste Geschenk, das man der eigenen Mama machen

kann. Dieses Buch vereint tiefgründige und emotionale Fragen, Erinnerungen, Komplimente und humorvolle Denkanstöße, die durch individuelle Eintragungen mit Leben gefüllt werden. Dadurch entsteht eine einzigartige Liebeserklärung – und das perfekte Geschenk, ob für Muttertag, Geburtstag oder Weihnachten. Der ansprechende Leineneinband und die Goldfolienveredelung sorgen darüber hinaus für ein besonderes haptisches Erlebnis und einen hochwertigen Look.



ALEXANDRA REINWARTH ist Bestsellerautorin und hat neben der Reihe »Was ich an dir liebe«

schon viele andere erfolgreiche Bücher für die Verlage riva und mvg geschrieben. Dazu gehören auch die »SPIEGEL«-Bestseller »Am Arsch vorbei geht auch ein Weg« und »Das Leben ist zu kurz für später«. Sie lebt mit ihrer Familie in Valencia, wo sie als Produzentin und Autorin tätig ist.

»WAS ICH AN DIR LIEBE, BESTE FREUNDIN« MIT WEIT ÜBER 100.000 VERKAUFTEN EXEMPLAREN



REINWARTH, ALEXANDRA

Was ich an dir liebe, beste Freundin

Eine originelle Liebeserklärung zum Ausfüllen und Verschenken

12,00 € (D), 12,40 € (A)

ET: 21.03.2023

- Der Bestseller »Was ich an dir liebe« in neuem Design für die beste Freundin
- Originelles Geschenk zum Ausfüllen und mit Platz für eigene Botschaften und Fotos

Die beste Freundin ist ein ganz besonderer und wichtiger Mensch – sie kennt alle Geheimnisse, sie hat immer die besten Ratschläge parat und die gemeinsamen Erlebnisse mit ihr und Erinnerungen bleiben unvergessen. Dieses Buch stellt genau die richtigen Fragen, um all diese Gemeinsamkeiten sowie Komplimente und persönliche Botschaften festzuhalten und dadurch ein wunderbares und einzigartiges Geschenk entstehen zu lassen. Durch den hochwertigen Leineneinband, die Goldfolienveredelung sowie ein Lesebändchen wird das Buch außerdem zu einem besonderen Blickfang. Ob zum Geburtstag, zu Weihnachten oder auch einfach so – dieses Geschenk ist eine Liebeserklärung, die zu Tränen rührt.



ALEXANDRA REINWARTH ist
Bestsellerautorin und hat neben
der Reihe »Was ich an dir liebe«
schon viele andere erfolgreiche
Bücher für die Verlage riva und mvg
geschrieben. Dazu gehören auch
die »SPIEGEL«-Bestseller »Am Arsch
vorbei geht auch ein Weg« und »Das
Leben ist zu kurz für später«. Sie lebt
mit ihrer Familie in Valencia, wo sie
als Produzentin und Autorin tätig ist.

BEREITS ÜBER 100.000 VERKAUFTE EXEMPLARE DES KLASSIKERS »WAS ICH AN DIR LIEBE, PAPA«



REINWARTH, ALEXANDRA

Was ich an dir liebe, Papa

Eine originelle Liebeserklärung zum Ausfüllen und Verschenken

12,00 € (D), 12,40 € (A)

ET: 21.03.2023

- Originelles und individuelles Geschenk für den Papa zu jedem Anlass
- Besondere Haptik und edler Look durch Leineneinband und Goldfolie

Eine ganz persönliche, handgeschriebene Botschaft ist das schönste Geschenk, das man dem eigenen Papa machen

kann. Dieses Buch vereint tiefgründige und emotionale Fragen, Erinnerungen, Komplimente und humorvolle Denkanstöße, die durch individuelle Eintragungen mit Leben gefüllt werden. Dadurch entsteht eine einzigartige Liebeserklärung – und das perfekte Geschenk, egal ob für Vatertag, Geburtstag oder Weihnachten. Der ansprechende Leineneinband und die Goldfolienveredelung sorgen darüber hinaus für ein besonderes haptisches Erlebnis und einen hochwertigen Look.



ALEXANDRA REINWARTH ist

Bestsellerautorin und hat neben der Reihe »Was ich an dir liebe« schon viele andere erfolgreiche Bücher für die Verlage riva und mvg geschrieben. Dazu gehören auch die »SPIEGEL«-Bestseller »Am Arsch vorbei geht auch ein Weg« und »Das Leben ist zu kurz für später«. Sie lebt mit ihrer Familie in Valencia, wo sie als Produzentin und Autorin tätig ist.

ÜBER 200.000 VERKAUFTE EXEMPLARE VON »WONDRAK FÜR ALLE LEBENSLAGEN«



JANOSCH

Herr Janosch, was hilft gegen Langeweile im Alter?

Wondraks Weisheiten für die Rente

9,00 € (D), 9,30 € (A)

ET: 25.04.2023

- Aus der erfolgreichen»Wondrak«-Kolumne des»ZEITmagazins«
- Janoschs beste Zeichnungen und charmanteste Weisheiten
- Hochwertiges Geschenkbuch zu Rente und Ruhestand

Was hält jung? Und was macht man eigentlich so den lieben langen Tag, wenn das Arbeitsleben hinter einem liegt?

Auf solche und viele andere große Fragen weiß niemand eine bessere Antwort als Herr Wondrak. Er ist der Held der Erwachsenenwelt, den Janosch von 2013 bis 2019 für die Leser*innen des »ZEITmagazins« entworfen hat. Dieses besondere Geschenkbuch vereint die besten Zeichnungen mit humorvollen Fragen und Antworten rund um das Thema Rente und Ruhestand – ein einzigartiges Geschenk für alle, die kurz vor dem Ruhestand stehen oder bereits mittendrin sind.

JANOSCH ist ein renommierter deutscher Kinderbuchautor, Illustrator, Romanautor und Künstler. Er wurde 1931 als Horst Eckert im oberschlesischen Hindenburg (heute: Zabrze, Polen) geboren. 1978 erschien »Oh wie schön ist Panama« und 1980 »Post für den Tiger«; beide Bücher erreichten Millionenauflagen. Im Zeitalter der Friedensbewegung und des Ökologiebewusstseins entwarf Janosch eine völlig neue Art von Kinderbuch, voller Anarchie, Träumerei und Antiheldentum. Er veröffentlichte mehr als 150 Bücher und erhielt zahlreiche Auszeichnungen. Für das »ZEITmagazin« zeichnete er von 2013 bis 2019 wöchentlich die Kolumne »Wondrak«.



DAS HOCHZEITSGÄSTEBUCH ZUR ERFOLGSREIHE »WAS ICH AN DIR LIEBE«



REINWARTH, ALEXANDRA

Was wir an euch lieben – Das Hochzeitsgästebuch

10,00 € (D), 10,00 € (A)

ET: 21.03.2023

- Anregungen und Fragen erleichtern das Eintragen
- Mit viel Platz für Freitext, Bilder und kreatives Gestalten
- Hochwertige Ausstattung
- Über 1,5 Millionen verkaufte
 Exemplare in der Reihe »Was ich an dir liebe«

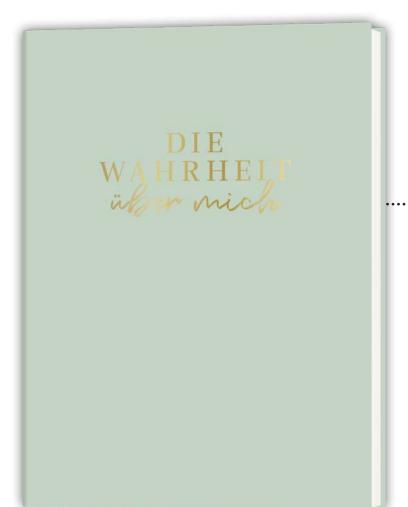
Die Hochzeit gilt für viele als schönster Tag des Lebens.

Umringt von Familie und Freunden und in festlicher Umgebung verspricht das Paar sich die ewige Liebe. Damit die Erinnerungen an diesen einzigartigen Tag nicht verblassen, gibt es dieses liebevoll gestaltete Gästebuch. Darin können sich alle Hochzeitsgäste verewigen und gute Wünsche für das Brautpaar hinterlassen. Neben einigen Fragen zum Ausfüllen und Ankreuzen besteht zudem für jeden Gast die Möglichkeit, Fotos einzukleben, Bilder zu gestalten oder ein Zitat einzutragen. Ein wunderschönes Gästebuch für den schönsten Tag im Leben.



ALEXANDRA REINWARTH ist Bestsellerautorin und hat neben der Reihe »Was ich an dir liebe« schon viele andere erfolgreiche Bücher für die Verlage riva und mvg geschrieben. Dazu gehören auch die aktuellen »SPIEGEL«-Bestseller »Am Arsch vorbei geht auch ein Weg« und »Das Leben ist zu kurz für später«. Sie lebt mit ihrer Familie in Valencia, wo sie als Produzentin und Autorin tätig ist.

NEUVERPACKUNG DES BESTSELLERS MIT ÜBER 55.000 VERKAUFTEN EXEMPLAREN



TRIPOLINA, DAVID

Die Wahrheit über mich

Ein Ausfüllbuch mit außergewöhnlichen Fragen

12,00 € (D), 12,40 € (A)

ET: 24.01.2023

- Hochwertige Ausstattung: Hardcover, Folienprägung, Banderole
- Das perfekte Geschenk für jeden Anlass

Würdest du deine Intelligenz für mehr Glück eintauschen? Wen würdest du gerne einmal küssen? Würdest du ausnahmsweise eine fremde Zahnbürste verwenden?

Anhand dieser und vieler weiterer tiefgründiger und witziger Fragen enthüllt der Klassiker unter den Ausfüllbüchern, »Die Wahrheit über mich«, die erstaunlichsten Selbsterkenntnisse. Nach über 55.000 verkauften Exemplaren wurde er nun inhaltlich komplett überarbeitet und erscheint in neuem Design und in neuer, hochwertiger Ausstattung. Damit eignet er sich hervorragend als Geschenk, aber auch als wundervolles Erinnerungsstück, das einem Jahre später viel über die eigene Entwicklung verrät.



DAVID TRIPOLINA Der New Yorker Psychologe David Tripolina beschäftigt sich seit langer Zeit mit klugen Fragen, deren Beantwortung viel Spaß macht und beinahe nebenbei tiefe Einblicke in die eigene Persönlichkeit ermöglicht. Er hat bereits zahlreiche Bücher publiziert, darunter die beiden Bestseller »Die Wahrheit über mich«, »Die Wahrheit über uns« sowie den »SPIEGEL«-Bestseller »Einzigartige Wörter«.

ÜBER 100.000 VERKAUFTE BÜCHER AUS DER REIHE »DIE WAHRHEIT ÜBER MICH«



TRIPOLINA, DAVID

Die Wahrheit über uns

Das originelle Ausfüllbuch für Paare oder gute Freunde

12,00 € (D), 12,40 € (A)

ET: 24.01.2023

- Hochwertige Ausstattung: Hardcover, Folienprägung und Banderole
- Das perfekte Geschenk für beste Freund*innen, Paare und Verliebte

Angenommen, ich wäre wiedergeboren worden, was glaubst du, bin ich in meinem letzten Leben gewesen? Kennst du einen Tick von mir, den du liebenswürdig findest? Beschreibe unser Kennenlernen in drei Sätzen. Anhand dieser und vieler weiterer tiefgründiger und witziger Fragen enthüllt der Klassiker unter den Ausfüllbüchern, »Die Wahrheit über uns«, die erstaunlichsten Erkenntnisse: Partner, beste Freundinnen oder einfach zwei, die sich mögen, bekommen die gleichen mal tiefgründigen, mal witzigen Fragen gestellt. So können sie sich besser kennenlernen und gleichzeitig ihre Beziehung festigen und stärken. Nach über 60.000 verkauften Exemplaren wurde das Eintragebuch nun inhaltlich komplett überarbeitet und erscheint in neuem Design.



DAVID TRIPOLINA Der New Yorker Psychologe David Tripolina beschäftigt sich seit langer Zeit mit klugen Fragen, deren Beantwortung viel Spaß macht und beinahe nebenbei tiefe Einblicke in die eigene Persönlichkeit ermöglicht. Er hat bereits zahlreiche Bücher publiziert, darunter die beiden Bestseller »Die Wahrheit über mich«, »Die Wahrheit über uns« sowie den »SPIEGEL«-Bestseller »Einzigartige Wörter«.

96 Seiten, 17,0 × 24,0 cm | Hardcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2347-7 | Warengruppe 1191



AUS DER ERFOLGREICHEN KOLUMNE »LEXIKON DER LIEBE« DES »ZEITMAGAZINS«



ZEIT Liebesgeschichten

Die bewegendsten Erzählungen aus »Lexikon der Liebe«

10,00 € (D), 10,30 € (A)

ET: 24.01.2023

- Pünktlich zum Valentinstag: das perfekte Geschenk für Hochzeiten, Jahrestag oder Valentinstag
- Hochwertige Ausstattung

In diesem Buch dreht sich alles um die Liebe – die große Liebe, die verlorene Liebe, die kleine Liebe zwischendurch. Hier finden sich die 40 schönsten Liebesgeschichten von Leser*innen der erfolgreichen »ZEITmagazin«-Kolumne »Lexikon der Liebe«. Egal ob lustig, romantisch, traurig oder einfach nur herzerwärmend – die unterschiedlichen Kurzgeschichten machen diesen Sammelband zu einem ganz besonderen Geschenk. Perfekt für Hochzeiten, zum Jahrestag oder Valentinstag, als Mitbringsel für liebe Freunde oder natürlich für sich selbst.



IN UNS ALLEN STECKT EIN KÜNSTLER! MALEN WIE VAN GOGH, MAGRITTE UND WARHOL – GANZ EINFACH UND MIT GROSSEM SPASS



FIELD, GUY

Das hätte ich auch gekonnt!

Malen wie van Gogh, Magritte und Warhol – erschaffe dein eigenes modernes Kunstwerk

10,00 € (D), 10,30 € (A)

ET: 21.03.3023

- Mit Schritt-für-Schritt-Anleitungen zu 27 abwechslungsreichen Kunstprojekten
- Liebevoll und aufwendig illustriert

»Das hätte ich auch gekonnt!« – in Galerien auf der ganzen Welt hört man diesen Satz immer wieder. Was meist von Überschätzung des eigenen Könnens und Unterschätzung der Leistung anderer herrührt, kann mit diesem Buch bald zu Recht geäußert werden. Schritt-für-Schritt-Anleitungen helfen, eigene Kunstwerke nach Art von Malern wie Kandinsky, Klee, Picasso und Murakami zu erschaffen. Spannende Hintergrundinformationen zu den Künstlern machen den Leser außerdem zu einem echten Kunstkenner. Und sollte das Talent für eine Karriere als Malergenie nicht reichen, dann lassen sich zumindest die Freunde und Kollegen auf der nächsten Party beeindrucken.

GUY FIELD Während seines Studiums des Grafikdesigns kritzelte Guy Field mehr in seinen Skizzenbüchern herum, als tatsächlich zu designen. In einem Grafikstudio in London konnte er anschließend seine Leidenschaft fürs Zeichnen einbringen. Mittlerweile arbeitet er als Freiberufler von seinem Studio in Südlondon aus.



ÜBER 800.000 VERKAUFTE INOFFIZIELLE HARRY-POTTER-PRODUKTE IM RIVA VERLAG



SHACKLEBOLT, MILLICENT

Das magische Duell

Das spannende Escape-Room-Spiel für Potter-Fans

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 25.04.2023

- Über 100.000 verkaufte
 Escape-Produkte im riva Verlag
- Das perfekte Geschenk für alle Potterheads und Rätselfans

Was passiert, wenn man die zauberhafte Welt von Harry Potter in ein spannendes Escape-Room-Abenteuer verwandelt? Heraus kommt ein fantastisches Rätselbuch, in dem man zahlreiche knifflige Aufgaben und Herausforderungen meistern muss. Denn nur wer wirklich viel Geschick, Mut und Tapferkeit beweist, schafft es, die notwendigen magischen Gegenstände zu sammeln, um sich am Ende im großen magischen Duell zu behaupten und als Sieger hervorzugehen.
Für alle Potterheads ab 12 Jahren.

ESCAPE-ROOM-SPIELE SIND WEITERHIN VOLL IM TREND



USSY, PETRA

Flucht aus dem Patriarchat

Entkomme den alten weißen Männern

13,00 € (D), 13,40 € (A)

ET: 20.06.2023

- Über 100.000 verkaufte
 Escape-Produkte im riva Verlag
- Tolle Mischung aus Rätselspaß,
 Humor und bitteren Wahrheiten
- Das perfekte Geschenk für alle Escape- und Rätselfans

Dass Frauen bei gleicher Qualifikation, gleichem Können und gleicher Leistung schlechtere Aufstiegschancen haben und dabei schlechter bezahlt werden, ist kein Geheimnis.

Doch worauf ist dieser Umstand zurückzuführen? Die Antwort lautet: Männer. Und nicht irgendwelche Männer: alte weiße Männer. In diesem Escape-Room-Spiel mit verschlossenen Seiten bekommen die Spieler die Möglichkeit, gegen die Machenschaften des Patriarchats vorzugehen. Und dabei ihren Einfallsreichtum, ihre Teamfähigkeit und ihren klaren Verstand unter Beweis zu stellen. Das perfekte Geschenk für alle Escape-Room- und Rätselfans, die nicht vor bitteren Wahrheiten zurückschrecken und über eine gesunde Menge Humor verfügen. Für Escape-Room-Rätselfans ab 12 Jahren.

PETRA USSY studierte Gender Studies an der Universität Wien. Im Rahmen ihrer anschließenden Lehrtätigkeit veröffentlichte sie zahlreiche Artikel zu dem Thema »heteronormative Strukturen im Mannschaftssport«. In ihrer Freizeit streitet sie sich gerne mit alten weißen Männern und lebt mit ihrer Frau und den gemeinsamen Katzen in Berlin.

128 Seiten, 20,5 × 15,6 cm | Hardcover | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2373-6 | Warengruppe 1191



WELTWEIT POPULÄRER TWITTER-TREND #MENTOAVOID



TERSIGNI, NICOLE

Männer, denen du besser aus dem Weg gehst

#MenToAvoid

8,00 € (D), 8,30 € (A)

ET: 21.03.2023

- Die lustige Antwort der Frauen auf Mansplaining
- Hochwertig ausgestattetes
 Geschenkbuch

Manchen Männern sollte man besser aus dem Weg gehen. Zum Beispiel dem Laien, der der Profimusikerin ihr Instrument näherbringen möchte. Dem Ehemann, der seiner Frau erklärt, dass sie ja wohl nicht schon wieder ihre Periode haben könne. Und dem Chef, der seine Angestellte darüber informiert, dass man sie ernster nehmen würde, wenn sie sich etwas hochgeschlossener kleidete. Als Twitter-Hashtag gestartet, hat die Kombination aus klassischen Gemälden und Mansplaining-Texten bald eine riesige Reichweite entwickelt. Ein zeitloses Buch für Frauen, deren männliche Mitmenschen einfach alles besser wissen.

NICOLE TERSIGNI ist Humor-Autorin mit Erfahrung im Bereich der Impro-Comedy und engagiert sich für Frauenrechte. Sie lebt mit ihrem Mann, ihrer Tochter und zwei Hunden in Detroit.



DER UNTERHALTSAM-INFORMATIVE BEGLEITER ZUR HANDBALL-WM 2023



WOLLERT, MORITZ; GÖTZ, FELIX

Unnützes Handballwissen

Die kuriosesten Fakten rund um den geilsten Sport der Welt

10,00 € (D), 10,30 € (A)

ET: 24.01.2023

- Das perfekte Geschenk für jeden Handball-Fan
- Handball ist unter den Top 5 der beliebtesten Sportarten der Deutschen
- Erfolgsformat: »Unnützes
 Bundesligawissen« hat sich mehr als 40.000 Mal verkauft

Zerrungen? Fingerbrüche? Muskelfaserrisse? »Halt die normalen Sachen«, so Handballlegende Stefan Kretzschmar.

Auf jeden Fall keine Verletzungen, die ein Trainer akzeptieren würde. Und das macht deutlich, warum dieser Sport zu den härtesten und rasantesten der Welt zählt. Geprägt von echten Typen, die den Ball ansatzlos aus dem Handgelenk ins Kreuzeck jagen. Von beinharten Brocken in unüberwindbarer Verteidigung. Und wahrhaft magischen Spielgestaltern. Wussten Sie, dass der legendäre Torhüter »Hexer« Thiel heute als Anwalt tätig ist? Dass das Kieler Arbeitsamt Bundestrainer Gislason als »nicht vermittelbar« einstufte? »Unnützes Handballwissen« destilliert die besten Anekdoten aus den letzten 50 Jahren des geilsten Sports der Welt.



MORITZ WOLLERT studierte nach Abitur und Zivildienst Sportmanagement. Nach einigen Jahren in diesem Beruf folgte er seiner Leidenschaft für das geschriebene Wort und machte sich 2018 als freier Redakteur und Autor selbstständig. Wollert spielte einst auf semiprofessionellem Niveau Handball für den Drittligisten GWD Minden II. Der gebürtige Rheinländer lebt mit Frau und zwei Söhnen in Tönning.

208 Seiten, $12.5 \times 18.7 \, \text{cm} \mid \text{Softcover}$ ISBN 978-3-7423-2393-4 $\mid \text{Warengruppe } 1185$



100.000 VERKAUFTE PRODUKTE IN KOOPERATION MIT DER »ZEIT« IM RIVA VERLAG



ZEIT WISSEN – Das macht mich aus!

Eine Reise zu mir selbst in 15 Psychotests

10,00 € (D), 10,30 € (A)

ET: 20.06.2023

- Die beliebten Psychotests aus dem »ZEIT WISSEN«-Magazin jetzt als Buch
- Trendthemen Selbstreflexion und Selbstfindung

Was ist Ihnen in Ihrem Leben wirklich wichtig? Welcher Auszeit-Typ sind Sie? Und wie gehen Sie mit Krisen um? Die spannenden Psychotests aus »ZEIT WISSEN«, dem beliebten Magazin der »ZEIT«, behandeln vielseitige Themen aus allen Lebensbereichen und bieten die Möglichkeit, sich selbst und das eigene Verhalten besser kennen- und verstehen zu lernen. Welche Aufschlüsse geben die Antworten und wie kann man sie interpretieren? Wie könnte man die eigenen Handlungs- und Denkweisen anpassen, um mehr Zufriedenheit und Lebensfreude zu erfahren? Dieses Buch lässt mithilfe der Tests nicht nur bislang unerkannte Seiten der eigenen Persönlichkeit sichtbar werden, anhand eines tiefergehenden wissenschaftlichen Hintergrundwissens bietet es gleichzeitig auch Impulse zur Steigerung der Lebensqualität und für mehr Glücksgefühle im Alltag. Eine psychologische Reise zu sich selbst in gewohnter »ZEIT«-Qualität.



30.000 VERKAUFTE EXEMPLARE VON »ZEIT VERBRECHEN – DAS KARTENSPIEL MIT 60 SPANNENDEN KRIMINALFÄLLEN«



ZEIT Verbrechen 2

Das Kartenspiel mit neuen Fällen und spannenden Fragen

10,00 € (D), 10,30 € (A)

ET: 21.03.2023

- Der »ZEIT Verbrechen«-Podcast erreicht pro Folge 800.000 Hörer*innen
- Das perfekte Geschenk für alle True-Crime- und Krimi-Fans

»ZEIT Verbrechen« ist einer der erfolgreichsten und bekanntesten deutschen Podcasts. »ZEIT«-

Kriminalreporterin Sabine Rückert und »ZEIT WISSEN«-Redakteur Andreas Sentker sprechen mit ihren Gästen alle 14 Tage über echte Kriminalfälle aus Deutschland und nehmen dabei Kriminalistik, Strafrecht und Justiz unter die Lupe. Dieses Kartenspiel mit weiteren, neuen Fällen lässt die Spielenden die Rolle von Gerichtsreporter*innen einnehmen. Dabei müssen sie in drei verschiedenen Kategorien neben fachlicher Stärke auch Kombinationsgabe und Spürsinn unter Beweis stellen. Wer hat den besten Riecher und den klarsten Verstand, um bei dem Spiel zum Nr.-1-Podcast der »ZEIT« zu gewinnen?



GROSSE ZIELGRUPPE: DIE »HARRY POTTER«-BÜCHER UND -FILME BEGEISTERN WELTWEIT MILLIONEN FANS



WIZARDING WORLD

Harry Potter: So wird dein Leben magisch

64 Impulskarten mit Anregungen, Fragen und Affirmationen

20,00 € (D), 20,00 € (A)

ET: 25.04.2023

- Das perfekte Geschenk für alle Hexen, Zauberer und Muggel
- Originalbilder und Zeichnungen lassen Fans ganz in die Welt von Hogwarts eintauchen
- Inklusive 112-seitigen Booklets und Stoffsäckchen für die Karten

Dieses zauberhaft gestaltete, inspirierende Kartenset enthält 64 Karten, von denen jede dem Leser eine einzigartige Frage, Aufforderung oder Einladung zur Selbstreflexion bietet. Das Kartendeck wird in einer dekorativen Geschenkbox mit erklärendem Booklet geliefert, das die Filmmomente und Inspirationen, auf die sich die einzelnen Karten beziehen, näher beleuchtet. Das Set aus Karten und Buch ist das perfekte Geschenk für Fans, die die kraftvollen Botschaften von Liebe, Hoffnung und Heldentum aus den »Harry Potter«-Filmen aufgreifen und in ihr Leben integrieren möchten.



DAS PERFEKTE GESCHENK FÜR ALLE ESCAPE- UND RÄTSELFANS



ABFALTER, KATRIN

Flucht aus dem Homeoffice

Das spannende Escape-Room-Kartenspiel

10,00 € (D), 10,00 € (A)

ET: 21.02.2023

Über 100.000 verkaufte
 Escape-Produkte im riva Verlag

Homeoffice – spätestens seit Corona ein fester Bestandteil unserer Arbeitswelt und einer der entspanntesten

Arbeitsplätze der Welt. Zumindest wenn einem weder Externe, Kollegen noch der eigene Chef den Tag vermiesen. Doch was passiert, wenn man einen Chef hat, der einen 24/7 kontrolliert und ständig alle Passwörter wechselt? Da kann ein Tag im Homeoffice schnell zum Spießrutenlauf werden. Besonders wenn man zwei Minuten vor dem nächsten Meeting feststellt, dass es jetzt eine Zwei-Faktor-Authentifizierung gibt. Nur wenn du einen scharfen Verstand, Einfallsreichtum und Kombinationsgabe beweist, kannst du die kniffligen Rätsel in diesem Spiel lösen und dem Meeting rechtzeitig beitreten.



KATRIN ABFALTER studierte
Nordische Philologie, Germanistische
Mediävistik und Germanistische
Linguistik in München und
Lund. Nach dem Abschluss ihres
Literaturstudiums war sie als
selbstständige Grafikdesignerin tätig.
Seit 2017 entwickelt sie Kinder- und
Familienspiele wie die erfolgreiche
Escape-Room-Reihe »Flucht aus ...«,
zu der u. a. »Flucht aus dem Büro«,
»Flucht aus der Schule« sowie der
Escape-Room-Adventskalender
»Sherlock Holmes – Einbruch in
der Baker Street« zählen. Sie lebt in
Berlin.



EIN KURZWEILIGES FAMILIENSPIEL, BEI DEM SCHNELLIGKEIT UND EIN KLUGER KOPF GEFRAGT SIND



ABFALTER, KATRIN

Monsterkantine

Das rasante Logikspiel für clevere Köpfe

10,00 € (D), 10,30 € (A)

ET: 21.03.2023

- Die witzigen Illustrationen machen das Spiel zu einem Hingucker für Groß und Klein
- Einfach losspielen ohne lange Anleitung und komplizierte Regeln

Fütterungszeit in der Monsterkantine! Bei diesem rasanten Logikspiel gewinnt nur derjenige, der alle Monster satt bekommt – und zwar schneller als seine Mitspieler. Das klingt einfacher, als es ist. Denn jedes Monster hat ganz eigene Vorlieben – und Unverträglichkeiten! Wem gelingt es, den Überblick zu behalten und jedem Monster das richtige Gericht zu servieren? Das gilt es herauszufinden beim ersten Spiel für ausgekochte Theken-Talente ab 12 Jahren.



KATRIN ABFALTER studierte
Nordische Philologie, Germanistische
Mediävistik und Germanistische
Linguistik in München und
Lund. Nach dem Abschluss ihres
Literaturstudiums war sie als
selbstständige Grafikdesignerin tätig.
Seit 2017 entwickelt sie Kinder- und
Familienspiele wie die erfolgreiche
Escape-Room-Reihe »Flucht aus ...«,
zu der u. a. »Flucht aus dem Büro«,
»Flucht aus der Schule« sowie der
Escape-Room-Adventskalender
»Flucht aus dem Eis« zählen. Sie lebt
in Berlin.

ÜBER 120.000 VERKAUFTE EXEMPLARE VON KATRIN ABFALTER IM RIVA VERLAG



ABFALTER, KATRIN

Pralinen für dich

Das Spiel für clevere Naschkatzen

10,00 € (D), 10,30 € (A)

ET: 21.03.2023

- Ein unterhaltsames
 Gesellschaftsspiel für alle
 Altersgruppen
- Kurze Spielrunden und eine steile Lernkurve für lang anhaltenden Spielspaß
- · Garantiert zuckerfrei!

Dieses lustige Gesellschaftsspiel ist die perfekte Alternative zu gehaltvollen Pralinengeschenken. Statt zuckersüßer Kalorienbomben bekommt der Beschenkte ein spannendes Legespiel, bei dem es darum geht, die erlesensten Pralinenbouquets zu kreieren und an seine Mitspieler zu verschenken. Aber aufgepasst: Um ein wahrer Maître Chocolatier zu werden und bei diesem Spiel zu gewinnen, braucht man ein wachsames Auge, Kombinationsgabe und ein cleveres Köpfchen. Nur so gelingt es, die meisten Pralinengeschenke zu schnüren und als Sieger hervorzugehen. Die originellste Versuchung, seit es Pralinen-Spiele gibt!



KATRIN ABFALTER studierte
Nordische Philologie, Germanistische
Mediävistik und Germanistische
Linguistik in München und
Lund. Nach dem Abschluss ihres
Literaturstudiums war sie als
selbstständige Grafikdesignerin tätig.
Seit 2017 entwickelt sie Kinder- und
Familienspiele wie die erfolgreiche
Escape-Room-Reihe »Flucht aus ...«,
zu der u. a. »Flucht aus dem Büro«,
»Flucht aus der Schule« sowie der
Escape-Room-Adventskalender
»Flucht aus dem Eis« zählen. Sie lebt
in Berlin.

ÜBER 33.000 VERKAUFTE EXEMPLARE VON »FLASCHENDREHEN«



BECK, SYBILLE

Flaschendrehen – Die Kinderedition

60 lustige Aufgaben und Mutproben für Kinder ab 6 Jahren

9,00 € (D), 9,30 € (A)

ET: 18.07.2023

- Das perfekte Geschenk für den Kindergeburtstag oder die Schultüte
- Für zu Hause oder unterwegs jederzeit und überall spielbar
- Für Kinder ab 6 Jahren

Flaschendrehen ist der Hit auf jedem Kindergeburtstag. Nur was, wenn die Aufgaben und Mutproben ausgehen? Kein Problem, denn mit über 60 kreativen Ideen ist man mit diesem Spiel bestens versorgt. Eine Vielzahl von Spielvarianten macht das Spiel dabei sogar noch abwechslungsreicher. So hat Langeweile keine Chance!



DR. SYBILLE BECK studierte in München und Sydney Philosophie, Kommunikationswissenschaft und Neuere deutsche Literatur und promovierte in Bioethik, bevor sie in verschiedenen Verlagen als Lektorin arbeitete. Inzwischen ist sie als freiberufliche Redakteurin tätig und bei mvg und riva die Autorin zahlreicher Kartenspiele sowie des Buches »An mein Rebel Girl«.

DIE ERSTEN LERNKARTEN ZUM THEMA »ALLTAGSHANDLUNGEN« VON BOBO SIEBENSCHLÄFER



Bobo Siebenschläfer – Was kommt danach?

Alltägliche Abläufe entdecken und lernen – Das Kartendeck für Kinder

9,00 € (D), 9,30 € (A)

ET: 23.05.2023

- Offizielles Lizenzprodukt
- Großes Kartenformat mit vierfarbigen, detailreichen Bildern zum Entdecken und Lernen von alltäglichen Abläufen

Für Kinder sind alltägliche Handlungen oft große Herausforderungen – egal, ob die tägliche Routine beim Mittagessen oder der Besuch beim Kinderarzt. Mit diesen 34 Bildkarten von Bobo Siebenschläfer entdecken Kinder alltägliche Abläufe auf spielerische Weise und können Handlungen in die richtige Reihenfolge bringen. Diese Übungen helfen dabei, mit Spiel und Spaß die Strukturen des Familienlebens zu erlernen, und fördern zudem die Eltern-Kind-Kommunikation. Detailreiche Bilder und Szenen zeigen den fröhlichen und lustigen Helden Bobo Siebenschläfer, der mutig und voller Neugier seine Welt entdeckt und ständig neue Abenteuer erlebt, die typisch für den Alltag der Kinder sind.



ÜBER 300.000 VERKAUFTE TITEL DER »ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5«-PRODUKTE IM RIVA VERLAG



CNYRIM, PETRA

Erklärs mir, als wäre ich 5 – Wirtschaft

Das außergewöhnliche Wissensspiel

9,00 € (D), 9,30 € (A)

ET: 23.05.2023

- Wirtschaftliche Themen werden spielerisch und leicht verständlich vermittelt
- Ein Quiz für die ganze Familie

Wirtschaftliche Themen gehen uns alle an, doch es fällt nicht immer leicht, die Zusammenhänge zu verstehen. Was hat es eigentlich mit diesen Bitcoins auf sich? Woher kommt unser Bargeld? Und wofür ist die EZB zuständig? Wer Antworten auf Fragen wie diese sucht, wird meist mit

komplizierten Ausführungen konfrontiert. Dieses Kartenspiel zum gleichnamigen Buch stellt spannende Fragen und liefert anschauliche und leicht verständliche Erklärungen und interessante Fakten rund um Geld, Aktien und Handel. Auf spielerische Weise werden komplexe Sachverhalte ganz einfach aufgelöst. Und egal ob allein oder in der Gruppe: Die Kombination von Wissen und Quizzen bringt nebenbei auch noch eine Menge Spaß.



PETRA CNYRIM, geboren 1975, arbeitet als Autorin bei München. Ihre Bücher »Vervollständige die Funktion«, »Das Buch der fast vergessenen Wörter« und »Erklärs mir, als wäre ich 5« schafften es auf die »SPIEGEL«-Bestsellerliste.

64 Seiten, 7,0 × 10,0 cm | NonBook | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2369-9 | Warengruppe 9980



ERSTES KARTENDECK ZUM THEMA TRAUERBEWÄLTIGUNG



EICHLER, STEFANIE

Trauer und Verlust verstehen, annehmen und meistern

55 Karten zur Trauerbewältigung

10,00 € (D), 10,30 € (A)

ET: 21.03.2023

- Trauerbewältigung ist ein Thema, das uns alle betrifft
- Handlicher Begleiter im Alltag mit vielen Impulsen und Übungen

Wenn eine geliebte Person geht, löst das neben der eigentlichen Trauer vielfältige Gefühle wie Schmerz, Ohnmacht, Verzweiflung, Einsamkeit, Wut, Unverständnis, Ängste und Zweifel aus. Auch wenn der Tod zum Leben dazugehört, ist der Abschied und das, was danach kommt, für die meisten von uns eine große Herausforderung und eine der schwersten Phasen im Leben. Mit viel Einfühlungsvermögen begleitet die Trauerexpertin Stefanie Eichler Betroffene anhand von Achtsamkeitsübungen, Impulsen zur Selbstfürsorge und Ideen zum Krafttanken durch den Trauerprozess und gibt dabei neben Verständnis und Zuversicht auch jede Menge Mut, sich dem neuen Lebensabschnitt zu stellen.

STEFANIE EICHLER begleitet seit über 15 Jahren als ausgebildete seelisch-spirituelle Sterbebegleiterin, Hospizhelferin und Trauerbegleiterin Menschen in Trauerprozessen und schweren Lebenssituationen. Sie lebt in Schleswig-Holstein.



DIE AUSSERGEWÖHNLICHSTE VARIANTE DES KARTENSPIEL-BESTSELLERS



Flaschendrehen - Extrem

60 verrückte Aufgaben und Mutproben

9,00 € (D), 9,30 € (A)

ET: 18.07.2023

- Über 30.000 verkaufte Exemplare von »Flaschendrehen«
- 60 extrem spannende Aufgaben und Mutproben für alle ab 18 Jahren

Flaschendrehen ist der Klassiker unter den Partyspielen Doch mit Kindergeburtstag hat das hier wenig zu tun! »Flaschendrehen – Extrem« ist die Herausforderung der Herausforderungen: 60 verrückte Aufgaben und Mutproben erwarten die ganz Mutigen. Hier kommt wirklich jeder Adrenalin-Junkie ab 18 Jahren auf den Geschmack.



MEHR ALS 100.000 VERKAUFTE EXEMPLARE UNSERER SPIELEKLASSIKER FÜR ERWACHSENE



Flaschendrehen – Jetzt wird's heiß

60 sexy Aufgaben und Mutproben

9,00 € (D), 9,30 € (A)

ET: 18.07.2023

- Über 30.000 verkaufte
 Exemplare von
 »Flaschendrehen«
- 60 heiße und abwechslungsreiche Aufgaben und Mutproben für alle ab 18 Jahren

Verschwitzte Hände, verstohlene Blicke und erste Küsse hinter verschlossener Tür – der eigentliche Grund, aus dem dieses Spiel früher auf keiner Party fehlen durfte. Diese Ausgabe ist jedoch garantiert nichts für Kinder! Mehr als 60 Mutproben und Aufgaben rund um die Themen Liebe, Sex, Drinks und Party sorgen für ein aufregendes Spiel mit vielen Überraschungen.



DAS BESTSELLER-SPIEL IN EINER HERAUSFORDERNDEN VARIANTE FÜR KÖNNER



HEGEMANN, EMMA

Pass auf, was du sagst – Extreme

Wer bei diesem Spiel »Ja«, »Nein« oder »Vielleicht« sagt, verliert!

9,00 € (D), 9,30 € (A)

ET: 23.05.2023

- Über 16.000 verkaufte
 Exemplare von »Pass auf, was du sagst – Die Kinderedition«
- Im praktischen Kartenformat für zu Hause und unterwegs

»Bist du eine Frau?« – »Kannst du Rad fahren?« – »Hast du schon mal ein Geheimnis ausgeplaudert?« In dieser Version von »Pass auf, was du sagst« müssen sich die Spieler extra schwierigen Fragen stellen. Aber nur wer clever genug ist, kann gewinnen, denn die Antworten »Ja«, »Nein« und »Vielleicht« sind nicht erlaubt. Erst wenn alle sechs Fragen einer Karte geschickt und einfallsreich beantwortet wurden, gibt es einen Punkt. Ob Schlagfertigkeitsprofis oder Um-die-Ecke-Denker – mit diesem kniffligen Kartenspiel kommt garantiert jeder auf seine Kosten!



ÜBER 16.000 VERKAUFTE EXEMPLARE VON »PASS AUF, WAS DU SAGST – DIE KINDEREDITION«



HEGEMANN, EMMA

Pass auf, was du sagst — Die Edition für Erwachsene

Wer bei diesem Spiel »Ja«, »Nein« oder »Vielleicht« sagt, verliert!

9,00 € (D), 9,30 € (A)

ET: 23.05.2023

- Der beliebte Spieleklassiker jetzt auch für Erwachsene
- Für zu Hause und unterwegs

»Bist du schon einmal fremdgegangen?« – »Fühlst du dich manchmal alt?« – »Liebst du Rotwein?« Nur wer einfallsreich und schlagfertig genug ist, kann dieses Spiel gewinnen, denn: Die Antworten »Ja«, »Nein« und »Vielleicht« sind verboten. Erst wenn alle sechs Fragen einer Karte geschickt beantwortet werden konnten, gibt es einen Punkt. Ob zu Hause oder unterwegs – hier gibt es neben jeder Menge Spaß auch das ein oder andere Geständnis!



DIE TEENIE-EDITION ZUM BESTSELLER NUMMER EINS IN DER KATEGORIE KARTENSPIELE



HEGEMANN, EMMA

Pass auf, was du sagst – Die Teenieedition

Wer bei diesem Spiel »Ja«, »Nein« oder »Vielleicht« sagt, verliert!

9,00 € (D), 9,30 € (A)

ET: 23.05.2023

- Über 16.000 verkaufte
 Exemplare von »Pass auf, was du sagst – Die Kinderedition«
- Für Party, Pausenhof oder die Fahrt in den Urlaub

Auf Fragen nicht mit »Ja«, »Nein« oder »Vielleicht« zu antworten ist ganz einfach? Fehlanzeige! Nur wer geschickt und schlagfertig genug ist, kann hier gewinnen. »Pass auf, was du sagst – Die Teenieedition« enthält zahlreiche abwechslungsreiche Fragen, die es zu beantworten gilt. »Hast du schon mal jemanden geküsst?« – »Magst du Partys?« – »Bist du gerade in jemanden verliebt?« Wer es schafft, alle sechs Fragen einer Karte zu beantworten, ohne die verbotenen Wörter zu benutzen, bekommt einen Punkt. Ob zu Hause oder unterwegs – mit diesem rasanten Kartenspiel ist jede Menge Spaß garantiert!



WEIT ÜBER 100.000 VERKAUFTE EXEMPLARE VON »WAHRHEIT ODER PFLICHT«



HEGEMANN, EMMA

Wahrheit oder Pflicht – Die Ekeledition

9,00 € (D), 9,00 € (A)

ET: 20.06.2023

- Neue aufregende und spannende Fragen und Aufgaben für alle ab 12 Jahren
- · Jederzeit und überall spielbar

Igitt, igitt! »Wahrheit oder Pflicht« gibt es jetzt in einer extra ekligen Variante: Hier erwarten die Spieler ab 12 Jahren mehr als 60 spannende Herausforderungen, die sie aus der Komfortzone locken: »Welche Farbe hatte dein letzter Popel?«, »Würdest du lieber die Sohle deiner Schuhe oder eine Klobrille ablecken?« oder »Rülpse deinem Nachbarn ins Ohr«. Die witzigen Fragen und Pflichtaufgaben in diesem Spiel sorgen garantiert für jede Menge Unterhaltung beim Kindergeburtstag, auf dem Pausenhof oder auf Reisen.



ÜBER 90.000 VERKAUFTE EXEMPLARE VON »WAHRHEIT ODER PFLICHT – DIE KINDEREDITION«



HEGEMANN, EMMA

Wahrheit oder Pflicht – Die Mädchenedition

9,00 € (D), 9,00 € (A)

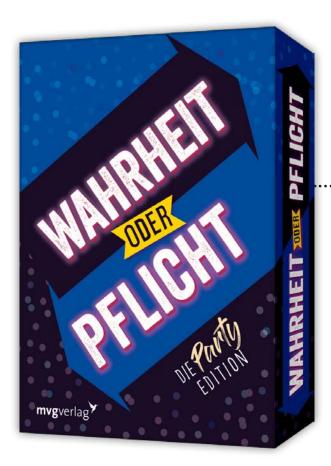
ET: 20.06.2023

- Altersgerechte Fragen für alle Mädchen ab 12 Jahren
- Der beliebte Spieleklassiker jetzt auch exklusiv für Mädchen

Spannende Fragen wie »Für wen schwärmst du gerade?« treffen auf witzige Aufgaben wie »Spiele vor, was du machst, wenn sich neben dir eine eklige Spinne von der Decke abseilt« und bringen so nicht nur jede Menge Spaß, sondern lassen einen die eigenen Freundinnen noch viel besser kennenlernen. Ob Prinzessin, Räubertochter oder Fußballerin – hier kommt wirklich jedes Mädchen auf seine Kosten! Mit 60 abwechslungsreichen Aufgaben lässt dieses Kartendeck keinen Platz für Langeweile.



EINE DER MEISTVERKAUFTEN KARTENSPIEL-REIHEN IM BUCHMARKT



HEGEMANN, EMMA

Wahrheit oder Pflicht – Die Partyedition

9,00 € (D), 9,00 € (A)

ET: 20.06.2023

- Weit über 100.000 verkaufte Exemplare von »Wahrheit oder Pflicht«
- Handliches Format ideal zum Mitnehmen und Schenken

»Zu welcher Sache sagst du nie Nein?« – »Tausche dein
Oberteil mit einer Person deiner Wahl.« Ob ausgelassene
Tanzeinlagen oder das Beichten peinlicher Partypannen
– mit über 60 verrückten Aufgaben, Sonderregeln und
Zusatzvarianten steht einer ausgelassenen Partynacht nichts mehr im Weg. So lernt man sich nicht nur (noch) besser kennen, sondern hat vor allem jede Menge Spaß!



»LOL – DIE ULTIMATIVE NICHT-LACHEN-CHALLENGE« MIT ÜBER 10.000 VERKAUFTEN EXEMPLAREN



LOL – Die ultimative Nicht-lachen-Challenge – Edition ab 18 Jahren

Das Kartenspiel

9,00 € (D), 9,30 € (A)

ET: 21.02.2023

- Edition für alle ab 18

Bei Witzen nicht laut loszulachen ist ganz einfach? Wohl kaum! Nur wer genug Selbstbeherrschung an den Tag legt, kann dieses Spiel gewinnen. Denn wer lacht, verliert! »LOL – Die ultimative Nicht-lachen-Challenge – Edition ab 18 Jahren« enthält zahlreiche schräge Meisterwerke der Flachwitzkunst. Darüber hinaus sorgen eine ausführliche Spielanleitung sowie einige Zusatzregeln für noch mehr Unterhaltung. Doch die Scherze in diesem Spiel sind garantiert nichts für Kinder – Erwachsene only!



AMAZON-SERIE »LOL – LAST ONE LAUGHING« MIT REKORD-EINSCHALTQUOTEN



LOL – Die ultimative Nicht-lachen-Challenge – Edition für Kinder

Das Kartenspiel

9,00 € (D), 9,30 € (A)

ET: 21.02.2023

- »LOL Die ultimative Nichtlachen-Challenge« mit über
 10.000 verkauften Exemplaren
- Perfekt für jeden Kindergeburtstag oder den Pausenhof

Die Regeln dieses Spiels sind simpel: Wer lacht, verliert!

Dabei sitzt man sich gegenüber und versucht alles, um nur keine Miene zu verziehen. Dummerweise sind die Witze auf diesen Karten so schräg, dass das gar nicht so einfach ist. Neben einer großen Portion Selbstbeherrschung braucht es hier also einiges an Konzentration sowie das richtige Timing. Dieses Kartenspiel enthält zusätzlich zu einer großen Auswahl an Scherzen eine ausführliche Spielanleitung und Zusatzregeln, die Spaß garantieren!



DAS PERFEKTE GESCHENK FÜR VATERTAG, GEBURTSTAG ODER STAMMTISCH



LOL – Die ultimative Nicht-lachen-Challenge – Edition für Männer

Das Kartenspiel

9,00 € (D), 9,30 € (A)

ET: 21.02.2023

- Über 10.000 verkaufte
 Exemplare der Reihe »LOL –
 Die ultimative Nicht-lachenChallenge«
- Amazon-Serie »LOL Last one laughing« mit Rekord-Einschaltquoten
- Endlich ein Spiel nur für Männer

Es ist ganz einfach, bei Witzen nicht laut loszulachen? Fehlanzeige! Nur wer diszipliniert genug ist, kann bei diesem Spiel punkten. »LOL – Die ultimative Nicht-lachen-Challenge – Edition für Männer« enthält zahlreiche schräge Flachwitze und lustige Sprüche. Doch wer eine Miene verzieht, verliert! Dieses Kartenspiel enthält neben einer großen Auswahl an Witzen extra für Männer eine ausführliche Spielanleitung sowie einige Zusatzregeln, die einen gepflegten Männerabend noch verrückter machen. Ob zu Hause oder unterwegs – hier bleibt kein Auge trocken!



DER KLASSIKER »STILLE POST« IN EINER WITZIGEN VERSION FÜR ERWACHSENE



Stille Post XXL

Der Klassiker in einer originellen Version für Erwachsene

9,00 € (D), 9,00 € (A)

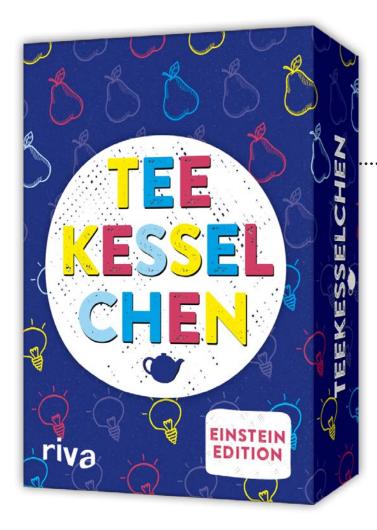
ET: 15.11.2022

- Keine Spielpausen alle Mitspieler sind jederzeit aktiv
- Absurde und schwer zu zeichnende Begriffe sorgen für jede Menge Spaß

Wie zeichnet man beißenden Geruch? Wie Gehirnfrost? Und wie setzt man ein Sprichwort wie »Besser arm dran als Arm ab« malerisch um? In dieser witzigen Version des Klassikers »Stille Post« kommt es nicht darauf an, so klar wie möglich zu sprechen, sondern darauf, den Begriff, den man gezogen hat, bestmöglich zu zeichnen. Jede Zeichnung geht nun reihum. Es wird geraten, der neu entstandene Begriff gezeichnet, wieder erraten, bis das Blatt erneut beim Künstler landet. Derjenige, dessen Zeichnung am ehesten mit der zuletzt genannten Lösung übereinstimmt, bekommt einen Punkt. Die teils absurden Ergebnisse sorgen garantiert für jede Menge Spaß.



DIE EDITION FÜR ECHTE GENIES



Teekesselchen – Die Einsteinedition

9,00 € (D), 9,30 € (A)

ET: 25.04.2023

- Ideal f
 ür zu Hause oder unterwegs
- Herausfordernde Begriffe mit spannenden Spielvarianten

Eine Bank ist eine Bank. Oder doch nicht? Schließlich kann man auf ihr sitzen, aber auch dort sein Konto haben und Geld abheben. In diesem Spiel gilt es, anhand von Beschreibungen einen Begriff mit mehreren Bedeutungen richtig zu erraten. Wem dabei Begriffe wie »Bank« oder »Maus« zu einfach sind, der ist hier genau richtig. Denn bei der »Einsteinedition« gibt es neben verschiedenen Spielvarianten für extra Spaß und Unterhaltung vor allem spannende Begriffe, die nicht so leicht zu erraten sind!

MEHR ALS 10.000 VERKAUFTE EXEMPLARE VON »TEEKESSELCHEN«



Teekesselchen – Die Familiened

9,00 € (D), 9,30 € (A)

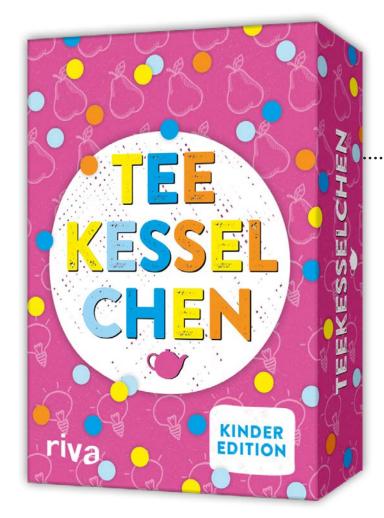
ET: 25.04.2023

- Das perfekte Spiel f
 ür die ganze Familie
- Für Erwachsene und Kinder ab 8 Jahren

Was ist ein Ball? Was ein Löffel? Das klingt im ersten Moment einfacher als gedacht. Doch wer weiß eigentlich, ob es sich hier um den Tanzball, den Spielball und das Besteck oder die Hasenohren handelt? In diesem Spiel für die ganze Familie muss ein Begriff anhand seiner verschiedenen Bedeutungen erraten werden. Unterschiedliche Spielvarianten sorgen dabei nicht nur für viel Abwechslung, sondern auch für jede Menge Spaß und Unterhaltung.



MEHR ALS 10.000 VERKAUFTE EXEMPLARE VON »TEEKESSELCHEN«



Teekesselchen – Die Kinderedition

9,00 € (D), 9,30 € (A)

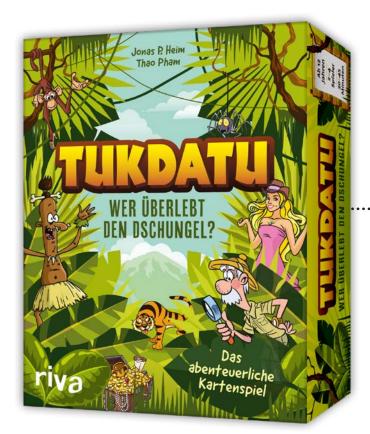
ET: 25.04.2023

- Der Spieleklassiker extra für Kinder
- Für Kinder ab 6 Jahren
- Spielerisches Lernen –
 leicht verständlich mit vielen
 Spielvarianten

Meint die »Maus« eine Computermaus oder ein Nagetier? Viele Wörter haben zwei Bedeutungen. Doch welche gemeint ist, erschließt sich häufig nur aus dem Kontext. In diesem Spiel sorgen über 60 Begriffe und verschiedene Spielvarianten für ganz viel Abwechslung und Spaß. Ob bei einem Geburtstag, auf der Busfahrt oder bei einem Abend mit der ganzen Familie – hier ist jede Menge Unterhaltung garantiert!



EIN ABENTEUERLICHER UND MITREISSENDER SPIELESPASS FÜR DIE GANZE FAMILIE



HEIM, JONAS P.; PHAM, THAO

Tukdatu – Wer überlebt den Dschungel?

Das abenteuerliche Kartenspiel

 $10,00 \in (D), 10,00 \in (A)$

ET: 21.03.2023

- Einfache Regeln, schnelle Runden
- 53 vierfarbig gestaltete Karten in hochwertiger Stülpschachtel

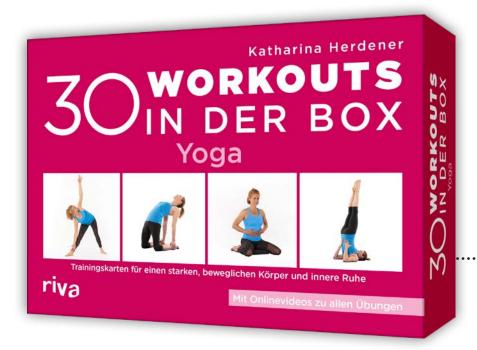
Panik herrschte, als das Passagierflugzeug aus Los Angeles auf Tukdatu, einer einsamen Insel mitten im weiten Ozean, notlanden musste. Zusammen mit dem Eingeborenen Umdidumdi schlagen sich die Überlebenden durch den undurchdringlichen Dschungel. »Tukdatu« ist ein witziges und packendes Kartenspiel, bei dem die Spieler durch cleveres Taktieren Schätze sammeln und gefährliche Lebewesen bekämpfen. Dabei schlüpfen die Kontrahenten in die Rolle von Touristin Tiffany, Abenteurer Banana Bones oder Forscher Prof. Dr. Whity. Nur wer genügend Ausrüstungsgegenstände besitzt oder rechtzeitig aussteigt, überlebt die Expedition. Ab 12 Jahren.



JONAS P. HEIM wurde 1989 in München geboren und studierte dort Soziale Arbeit und Geowissenschaften. Er ist ausgebildeter Umwelt- und Erlebnispädagoge, Fitness- und Kinderentspannungstrainer und zeitweise als Model tätig. Aktuell arbeitet er in einer Jugendeinrichtung im Landkreis München. In seiner Freizeit schreibt er Texte, Geschichten und entwickelt Spiele.



DER YOGABOOM HÄLT AN – ÜBER DREI MILLIONEN DEUTSCHE PRAKTIZIEREN REGELMÄSSIG YOGA



HERDENER, KATHARINA

30 Workouts in der Box – Yoga

Trainingskarten für einen starken, beweglichen Körper und innere Ruhe. Mit Onlinevideos zu allen Übungen

20,00 € (D), 20,00 € (A)

ET: 21.02.2023

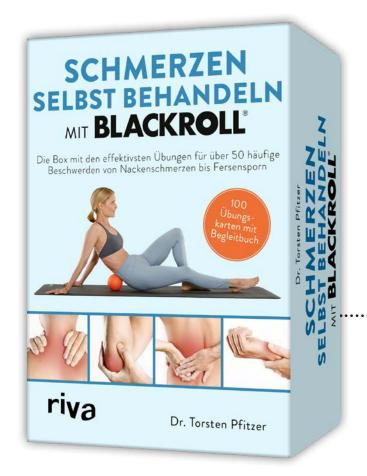
- Die erste Kartenbox mit kompletten Workouts in Farbe
- Bestsellerautorin mit Erfolgsgarantie
- Handliches Kartenformat, stabile Box, übersichtliche Workouts – perfekt zum Mitnehmen

Der Yogaboom ist ungebrochen – ob im Fitnessstudio, im Sportverein, zu Hause oder bei den rasant angestiegenen Yoga Retreats und Yogareisen. Und das zu Recht, denn Yoga bietet so viel: Neben den fordernden körperlichen Übungen, einer bewussten Atmung und Meditationselementen sorgt es für Entspannung und hat eine gesundheitliche Wirkung auf den ganzen Körper. Mit der praktischen Yogabox hat Bestsellerautorin Katharina Herdener 30 Workouts kreiert, die immer und überall durchführbar sind. Die großformatigen Karten bieten effektive Übungsprogramme mit unterschiedlichen Schwerpunkten. Sie sind für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet.



KATHARINA HERDENER ist
Gründerin von YOU Yoga & More,
Yogalehrerin und Personal Trainerin.
Als Gesundheitswissenschaftlerin
hat sie sich im Bereich Faszien und
Beweglichkeit spezialisiert und gibt
ihr Wissen in Schulungen, Beratungen
und Vorträgen weiter. Für den
riva Verlag hat sie bereits mehrere
erfolgreiche Bücher geschrieben.

DAS KARTENSET ZUM ERFOLGREICHEN RATGEBER »SCHMERZEN SELBST BEHANDELN MIT BLACKROLL®«



DR. PFITZER, TORSTEN

Schmerzen selbst behandeln mit BLACKROLL® – Kartenset

Die Box mit den effektivsten Übungen für über 50 häufige Beschwerden von Nackenschmerzen bis Fersensporn. 100 Übungskarten mit Begleitbuch

25,00 € (D), 25,00 € (A)

ET: 23.05.2023

- Bestsellerautor mit ausgewiesener Expertise für ganzheitliche Schmerzbehandlung
- 100 Karten mit Übungen in handlicher Box zum Mitnehmen
- Die BLACKROLL®-Produkte gehören seit Jahren zu den beliebtesten Sportgeräten

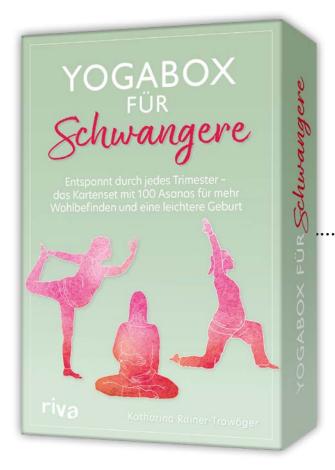
Ob Nackenverspannungen, Tennisarm, Ischiasbeschwerden, Hexenschuss oder Fersensporn: Gelegentliche Schmerzen am Bewegungsapparat kennt fast jeder – und jeder kann etwas dagegen tun! Mit der einfachen Methode, die der ganzheitliche Schmerzexperte Dr. rer. nat. Torsten Pfitzer in seinem Standardwerk »Schmerzen selbst behandeln mit BLACKROLL®« entwickelt hat, können die häufigsten Beschwerdebilder mit der Faszienrolle BLACKROLL® und anderen Tools erfolgreich bekämpft werden. Die Box zum Buch, bestehend aus 100 Übungskarten und einem ausführlichen Begleitbuch, erleichtert die Umsetzung zusätzlich. Im Booklet werden zunächst Ursachen und Therapiegrundlagen erklärt.



DR. RER. NAT. TORSTEN PFITZER ist Heilpraktiker, Osteopath und Experte für die ganzheitliche Behandlung von Schmerzen am Bewegungsapparat. Er kombiniert verschiedene Ansätze, u. a. Osteopathie, Myofaszial-Kinematik und psychoemotionale Kinesiologie. Sein Wissen gibt er auch in Workshops, Büchern und Onlineprogrammen weiter. Er ist Autor mehrerer erfolgreicher Bücher für den riva Verlag.



DIE ERSTE YOGAKARTENBOX FÜR SCHWANGERE



RAINER-TRAWÖGER, KATHARINA

Yogabox für Schwangere

Entspannt durch jedes Trimester – das Kartenset mit 100 Asanas für mehr Wohlbefinden und eine leichtere Geburt

25,00 € (D), 25,00 € (A)

ET: 23.05.2023

- Studien beweisen: Yoga während der Schwangerschaft wirkt sich positiv auf Mutter und Kind aus
- Praktischer geht's nicht: 100
 Karten in handlichem Format,
 stabile Box, 96-seitiges Booklet
 mit weiterführenden Infos
- Große Zielgruppe: Schwangere, Yogalehrer, Hebammen, Doulas, Expertinnen für Geburt und Schwangerschaft

Dass Yoga während der Schwangerschaft enorm beliebt ist, hat gute Gründe: Die wohltuenden Asanas und Atemübungen helfen schwangeren Frauen, ihren Körper gezielt zu kräftigen, zu entspannen und ihn gleichzeitig sanft auf die Geburt vorzubereiten. Die Yogalehrerin Katharina Rainer-Trawöger hat ihr Wissen aus jahrelanger Erfahrung als Hebamme und Ausbilderin in Prä- und Postnatalyoga in einer praktischen Yogabox gesammelt. Aus den frei kombinierbaren 100 Übungskarten können werdende Mütter individuelle Flows kreieren, die genau zu ihren Bedürfnissen passen. Gleichzeitig bieten im beiliegenden Booklet vorgestellte Sequenzen gegen die häufigsten Beschwerden wie Rückenschmerzen, Übelkeit, Sodbrennen und Wassereinlagerungen Unterstützung in der Yogapraxis.



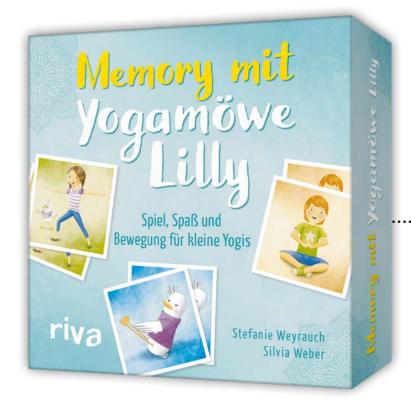
KATHARINA RAINER-TRAWÖGER

studierte an der Universität Wien indische Kunst und Kultur und absolvierte eine Weiterbildung in traditioneller Hebammenkunst. In Indien machte sie eine Yogaausbildung in der Tradition des Arztes Swami Sivananda. Heute unterrichtet sie nicht nur Yoga, sondern leitet auch Ausbildungen in den Bereichen Prä- und Postnatalyoga. 2016 erschien ihr Buch »Yoga für Schwangere«.

100 Karten, 11,6 × 16,6 cm | NonBook | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2309-5 | Warengruppe 9462



DER SPIELEKLASSIKER MIT EINEM NEUEN TWIST: DAS ERSTE YOGAMEMORY AUF DEM MARKT



WEYRAUCH, STEFANIE; WEBER, SILVIA

Memory mit Yogamöwe Lilly

Spiel, Spaß und Bewegung für kleine Yogis

14,00 € (D), 14,00 € (A)

ET: 21.02.2023

- Spaß und Bewegung für Kinder ab 3 Jahren
- 60 Karten und ein Begleitbuch mit zahlreichen Spielvarianten
- Hochwertige Stülpschachtel im handlichen Format zum Mitnehmen

Große und kleine Yogis, aufgepasst: Memory, das millionenfach verkaufte Lieblingsspiel vieler Kinder, gibt es jetzt mit Yogaübungen zum Mitmachen! Aus den beiden Büchern »Inselabenteuer mit Yogamöwe Lilly« und »Abenteuer im Schnee mit Yogamöwe Lilly« haben Stefanie Weyrauch und Silvia Weber ein kreatives Memory entwickelt. Neben der klassischen Spielvariante gibt es acht weitere tolle Ideen, 30 Yogaübungen fantasievoll einzusetzen. So können Kinder ab 3 Jahren zur Memokönigin oder zum Memokönig werden, eine Yogaschlange bilden oder sich von Station zu Station übend und tanzend fortbewegen. Jede Spielvariante lässt den Kindern genügend Raum für die eigene Kreativität. Im Begleitbuch erklären die Autorinnen, wie gut Yoga Kindern tut.



STEFANIE WEYRAUCH ist
Yogalehrerin mit eigenem Studio und
zweifache Mutter. Sie ist seit zehn
Jahren als Kinderyogalehrerin für alle
Altersklassen tätig. Zusätzlich bildet
sie Yogalehrer und Pädagogen zu
Kinderyogalehrern aus.



SILVIA WEBER arbeitet seit 15
Jahren als Mediengestalterin für
Printmedien. Durch und mit ihrer
Tochter entdeckte sie die Liebe zu
Kinderbüchern. Unter dem Namen
»silfmade« widmet sie sich seit
einigen Jahren nebenberuflich der
Illustration.

60 Karten, 13,0 × 13,0 cm | NonBook | 4-farbig ISBN 978-3-7423-2291-3 | Warengruppe 9297



ÜBER 50.000 VERKAUFTE KARTENDECKS DES AUTORS IM MVG VERLAG



LONG, ALJOSCHA

55 therapeutische Impulse to go

8,00 € (D), 8,00 € (A)

ET: 23.05.2023

- 55 leicht umzusetzende Techniken und Tipps gegen Stress, Anspannung und negative Gefühle
- Praktischer Taschentherapeut
 auch für unterwegs bestens geeignet

Das Leben ist nicht immer einfach, der Alltag nicht immer sorgenfrei und unbeschwert. Ängste, Unsicherheiten und negative Gefühle beschäftigen uns alle von Zeit zu Zeit. Doch wir können lernen, gelassener und selbstbewusster damit umzugehen. Diese 55 Impulse bieten einfach umzusetzende Methoden, um mehr Leichtigkeit und positives Denken in unseren Alltag zu integrieren. Sie zeigen uns, wie wir in stressigen und belastenden Situationen mit Gelassenheit und Optimismus reagieren und damit eine höhere Lebensqualität und mehr Glück erreichen können.



ALJOSCHA A. LONG studierte
Psychologie, Philosophie und
Linguistik. Er ist als Autor, Komponist,
Therapeut und Taijiquan- und
Qigong-Lehrer tätig. Bekannt
geworden ist Aljoscha A. Long durch
zahlreiche Publikationen und seine
Seminartätigkeit in den Bereichen
Psychologie und Philosophie. Er lebt
mit seiner Frau, der chinesischen
Heilerin Fei Long, in München und
Guangzhou.

ÜBER 50.000 VERKAUFTE KARTENDECKS DES AUTORS IM MVG VERLAG



SCHWEPPE, RONALD PIERRE

55 Impulse für die Reise zu mir selbst

8,00 € (D), 8,00 € (A)

ET: 21.03.2023

- Kleine Anregungen und praktische Übungen zur Selbstfindung, die leicht umzusetzen sind
- Trendthema: Selbstreflexion
- Praktisches Kartenformat eignet sich auch perfekt für unterwegs

Es ist wichtig, die eigenen Bedürfnisse und Wünsche zu kennen und zu wissen, was einen selbst glücklich und zufrieden macht. Das trifft auf unsere heutige hektische Welt ganz besonders zu. Doch oft fehlt die Zeit für eine intensive Auseinandersetzung mit der eigenen Persönlichkeit. Mit diesen 55 kleinen Impulsen und Inspirationen gelingt es ganz leicht, mehr Achtsamkeit und Selbstliebe in den Alltag zu integrieren. Das Kartendeck bietet einfach umzusetzende Techniken, mit denen das eigene Ich erkundet und eine innere Balance gefunden werden kann. Für mehr Glück an jedem Tag!



RONALD PIERRE SCHWEPPE

ist Orchestermusiker und Autor zahlreicher Bücher im Bereich Spiritualität und Lebenskunst. Ausbildung in NLP und MBSR (Stressbewältigung durch Achtsamkeit). Seit über 30 Jahren beschäftigt er sich mit fernöstlicher Philosophie, Buddhismus und Achtsamkeitsverfahren. Er lebt mit seiner Frau und seinen drei Kindern in München.

KNAPP 300.000 VERKAUFTE EXEMPLARE DER »1%-METHODE« VON JAMES CLEAR



SCHWEPPE, RONALD PIERRE; LONG, ALJOSCHA

1 % Veränderung, 100 % Wirkung

55 Impulse zum großen Glück

8,00 € (D), 8,00 € (A)

ET: 25.04.2023

- Gesamtauflage der Autoren im deutschsprachigen Raum: mehr als 400.000 Exemplare
- Über 50 kleine Impulse mit großer Wirkung im praktischen Kartenformat

Manche Herausforderungen, Ziele oder Wünsche erscheinen unerreichbar, der Weg dorthin steinig und unüberwindbar.

Meist kommt es jedoch nur darauf an, anzufangen, den ersten Schritt zu wagen und den Stein ins Rollen zu bringen. Dieses Kartendeck zeigt, wie mit kleinen Schritten und minimalen Veränderungen jedes Ziel erreicht werden kann. Ob im beruflichen oder privaten Umfeld, ob sportliche Ziele oder persönliche Wünsche – mit den einfachen Strategien der Achtsamkeitsexperten Ronald Schweppe und Aljoscha Long gelingt jedes Vorhaben. Die 55 Micro Habits sorgen für mehr Erfolgserlebnisse und Glücksgefühle im Alltag!



RONALD PIERRE SCHWEPPE

ist Orchestermusiker und Autor zahlreicher Bücher im Bereich Spiritualität und Lebenskunst. Ausbildung in NLP und MBSR (Stressbewältigung durch Achtsamkeit). Seit über 30 Jahren beschäftigt er sich mit fernöstlicher Philosophie.



ALJOSCHA A. LONG studierte Psychologie, Philosophie und Linguistik. Er ist als Autor, Komponist, Therapeut und Taijiquan- und Qigong-Lehrer tätig. Bekannt geworden ist Aljoscha A. Long durch zahlreiche Publikationen und seine Seminartätigkeit in den Bereichen

57 Karten, 7,0 × 10,0 cm | NonBook | 4-farbig ISBN 978-3-7474-0523-9 | Warengruppe 9481



ÜBER 200.000 VERKAUFTE TEPPERWEIN-TITEL IM MVG VERLAG



TEPPERWEIN, KURT

Werde beziehungsfähig

Innere Konflikte heilen und eine erfüllte Partnerschaft leben

8,00 € (D), 8,00 € (A)

ET: 25.04.2023

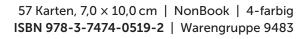
- Fast 200.000 verkaufte
 Exemplare von Stefanie Stahls
 »Jeder ist beziehungsfähig«
- Die Impulse lassen sich einfach in den Alltag integrieren

Wir alle möchten uns geliebt und angenommen fühlen.

Doch eine unglückliche Trennung, unschöne Erlebnisse in der Kindheit und andere negative Erfahrungen stellen oft auch noch Jahre später eine große Hürde im Leben dar. In diesem Kartendeck zeigt der Bewusstseinsforscher und Bestsellerautor Kurt Tepperwein, wie man sich von Bindungsängsten löst und eine glückliche und gesunde Beziehung führt. 55 Affirmationen, Impulse und Denkanstöße helfen dabei, wieder mehr zu sich selbst zu finden und somit auch beziehungsfähiger zu werden.



kurt Tepperwein widmete sich nach langjähriger
Unternehmensberater- und Heilpraktikertätigkeit voll und ganz dem Mysterium des Lebens. Als Bewusstseinsforscher und Autor vieler Werke sieht er seine Aufgabe darin, seine wertvollen Erkenntnisse mit den Menschen zu teilen. Er versteht es wie kaum ein anderer, die materielle und geistige Sicht der Welt zu umfassen und in einer Ganzheit zu betrachten.





ÜBER 25.000 VERKAUFTE KOCHBÜCHER VON »CALLEKOCHT« IM RIVA VERLAG



CALLEKOCHT

Küchenetiketten für jede Gelegenheit

Für Gläser, Flaschen und vieles mehr

6,00 € (D), 6,20 € (A)

ET: 21.03.2023

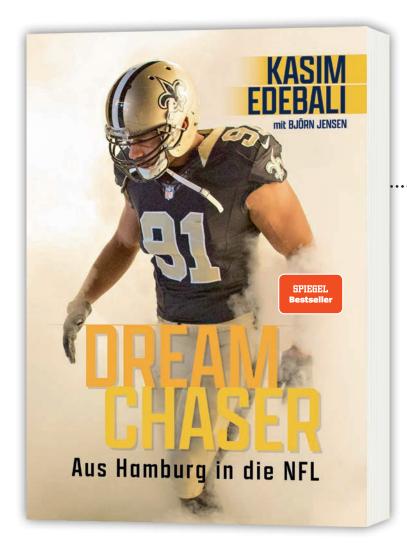
- Erfolgreicher YouTuber mit mehr als 400.000 Abonnenten
- Das perfekte Geschenk für alle Einmachprofis und Einfrierfans

Ob für das Beschriften eingefrorener Lebensmittel, selbst gemachter Marmelade oder von Getränken: Küchenetiketten sind eine große Hilfe in jedem Haushalt – wenn sie doch nur nicht so langweilig aussehen würden! Hier schafft der erfolgreiche YouTuber »CALLEkocht« zum Glück Abhilfe. Das farbige Design und die verschiedenen Größen der insgesamt 80 Aufkleber machen sie zu einem echten Hingucker in der Küche und vereinfachen das Beschriften von Behältnissen um ein Vielfaches.



CALLEKOCHT Carl-Michael
Hofmann, Jahrgang 1960, wurde
in einem Landgasthof geboren
– so war sein Lebensweg schon
früh vorbestimmt. Der geprüfte
Küchenmeister hat sich traditionellen
Rezepten verschrieben und
bewahrt diese vor dem Vergessen.
Er vermittelt seit vielen Jahren in
Kochkursen den Spaß am Kochen.
Sein YouTube-Kanal »CALLEkocht«
zählt zu den erfolgreichsten
Kochkanälen im deutschsprachigen
Raum.

EIN AUTHENTISCHER BLICK HINTER DIE KULISSEN DES HYPESPORTS AMERICAN FOOTBALL



EDEBALI, KASIM; JENSEN, BJÖRN

Dream Chaser

Aus Hamburg in die NFL $19,90 \in (D), 20,50 \in (A)$

ET: 08.11.2022

 In Deutschland immer beliebter: In der Saison 2022/23 wurde das erste offizielle NFL-Spiel in Deutschland in München ausgetragen

Vom Osdorfer Born in die weite Welt. Was für viele Jugendliche ein Traum bleibt, ist für Kasim Edebali Wirklichkeit geworden – eine Karriere als Profisportler. Mit viel Herzblut und immer 110 Prozent Einsatz schafft er mit 18 Jahren den Sprung über den großen Teich. Nach Stationen an der Kimball Union Academy und einem Sportstipendium am renommierten Boston College heißt die nächste Station: NFL. In seiner Biografie erzählt der Football-Star erstmals von seinem turbulenten Weg von Hamburg in die härteste Liga der Welt, wie er mit allen Höhen und Tiefen fertigwurde und sich immer wieder aufs Neue gegen die besten Spieler der Welt durchsetzte und zur »Vollmaschine« wurde.



KASIM EDEBALI begann seine Karriere im American Football bereits in seiner Jugend bei den Hamburg Huskies. Um sich den Traum zu erfüllen, ein NFL-Spieler zu werden. zog es ihn schon mit 18 Jahren in die Vereinigten Staaten – an die Kimball Union Academy, New Hampshire. Noch während seines Highschool-Aufenthalts wechselte er ans Boston College, um in der höchsten College-Football-Liga zu spielen. 2014 verpflichteten die New Orleans Saints den deutschen Outside Linebacker als Undrafted Free Agent, sodass der Traum, ein NFL-Spieler zu sein, in Erfüllung ging.



VON DER BEKANNTEN ZDF-BÖRSENREPORTERIN SINA MAINITZ: WAS WILL ICH EIGENTLICH WIRKLICH – UND WIE VIEL GELD BRAUCHE ICH DAFÜR?



MAINITZ, SINA

Schwimm lieber im Meer als im Geld

Wie du findest, was dich wirklich glücklich macht und wie du es finanzierst

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 25.04.2023

- Sina Mainitz ist hat einen hohen Bekanntheitsgrad als Börsenreporterin des ZDF
- Trendthema Work-Life-Balance:
 Wie man herausfindet, was
 wirklich zählt im Leben
- Weg von reiner
 Gewinnmaximierung, hin zu
 mehr Work-Life-Balance und
 wie man das nötige "Kleingeld"
 dafür erwirtschaftet

Wir leben in unsicheren Zeiten: Angesichts steigender Inflation, Corona-Pandemie und Krieg in der Ukraine fragen sich viele, wie sie ihr Geld zusammenhalten und was sie eigentlich noch wofür ausgeben können. Aber ist die Lösung wirklich, noch mehr zu arbeiten, noch mehr Geld zu machen, Lebenszeit gegen Bezahlung einzutauschen, bis zur Erschöpfung? Wichtiger ist es, einmal innezuhalten und sich zu fragen: Was will ich eigentlich erreichen im Leben und wieviel Geld brauche ich wirklich dafür? Sina Mainitz ist eine Finanzexpertin, der die Menschen vertrauen. Als erfahrene Börsenreporterin berichtet sie live von der Frankfurter Börse. Sie weiß, was in der Wirtschaft los ist und was die Menschen (nicht nur) finanziell bedrückt.



SINA MAINITZ wollte zunächst Apothekerin werden, studierte dann aber Betriebswirtschaftslehre mit Schwerpunkt Medien- und Communikationswirtschaft, 2002 schloss sie ihr Studium als Diplom-Betriebswirtin ab. Zwischen 2003 und 2008 arbeitete Sina Mainitz als Redakteurin und Reporterin, moderierte die heute-Nachrichten und machte Autotests für das Mittagsmagazin. 2008 wechselte sie ins ZDF-Börsenstudio, wo sie bis heute die Börsennachrichten vom Frankfurter Parkett präsentiert. Neben ihrer Arbeit beim Fernsehen ist Sina Mainitz auch in anderen

224 Seiten, 13,5 × 21,0 cm | Softcover ISBN 978-3-95972-657-3 | Warengruppe 1977



MIT JAMES ALLENS ERFOLGSLEKTIONEN DURCH DAS JAHR: INSPIRIERENDE WEISHEITEN UND DENKANSTÖSSE FÜR JEDEN TAG DES JAHRES

TÄGLICHE MEDITATION

111 111 111

365 INSPIRIERENDE GEDANKEN FÜR JEDEN TAG

JAMES ALLEN

111 111 111

MILLIONEN-BESTSELLER-AUTOR VON AS A MAN THINKETH ALLEN, JAMES

Die tägliche Meditation

365 inspirierende Gedanken für jeden Tag

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 23.05.2023

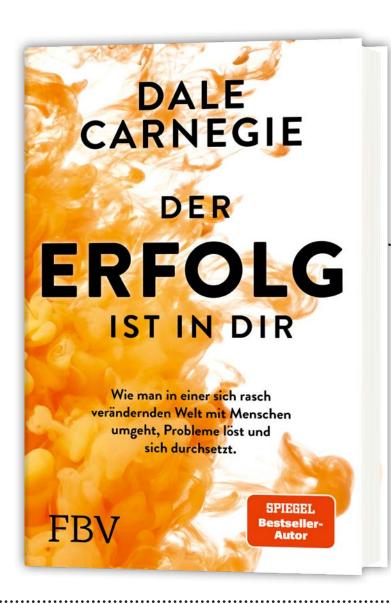
- Für Leser von Napoleon Hill mit mehr als 200.000 verkauften Exemplaren im FinanzBuch Verlag
- James Allen gilt als Prophet des inspirierenden Denkens und beeinflusste u. a. Napoleon Hill, Dale Carnegie, Norman Vincent Peale oder Tony Robbins
- Mehr als 70.000 verkaufte Exemplare von "Der tägliche Stoiker"

James Allen ist DER Pionier im Bereich Persönlichkeitsent-wicklung und Motivation. Er beeinflusste Millionen-Bestseller-autoren wie Napoleon Hill, Dale Carnegie und Tony Robbins. Selbst über 100 Jahre nach Veröffentlichung werden seine Texte immer noch von Millionen Menschen geschätzt und gelesen. In diesem Buch bietet James Allen 365 inspirierende Weisheiten und Denkanstöße für jeden Tag im Jahr, um bei der eigenen Persönlichkeitsentwicklung zu helfen und jeden Tag der Person näher zu kommen, die man sein möchte. Die zeitlosen Lektionen lassen sich ideal in die tägliche Routine integrieren und schaffen so ein Fundament, um den beruflichen und privaten Zielen Schritt für Schritt näher zu kommen.

JAMES ALLEN wurde 1864 in Leicester, England, geboren. Im Alter von 15 Jahren nahm er seinen ersten Job an, um seine Familie zu unterstützen, nachdem sein Vater auf der Suche nach Arbeit in Amerika ermordet worden war. Bis zum Beginn des 20. Jahrhunderts war Allen als Fabrikstricker und Privatsekretär tätig, bis er zunehmend durch seine motivierenden Schriften bekannt wurde. Sein Werk »As a Man Thinketh« aus dem Jahr 1903 brachte ihm weltweiten Ruhm als Prophet des inspirierenden Denkens ein. Allen starb 1912 im Alter von 47 Jahren.



DALE CARNEGIES MILLIONENFACH ERPROBTE UND ANGEWANDTE GRUNDSÄTZE MIT ÜBER 50 MILLIONEN VERKAUFTEN EXEMPLAREN



CARNEGIE, DALE

Der Erfolg ist in dir

Wie man in einer sich rasch verändernden Welt mit Menschen umgeht, Probleme löst und sich durchsetzt

18,00 € (D), 18,60 € (A)

ET: 21.02.2023

- Vom Autor der internationalen Bestseller »Wie man Freunde gewinnt« und »Sorge dich nicht, lebe!«
- Auftakt zur neuen Dale-Carnegie-Reihe im FinanzBuch Verlag in komplett neuer Übersetzung
- Für Leser von Napoleon Hill mit mehr als 200.000 verkauften Exemplaren im FinanzBuch Verlag

Immer neue Technologien und gesellschaftliche Umbrüche verändern unsere Lebens- und Arbeitswelt. Diese werden dadurch komplizierter und undurchschaubarer – daran müssen wir uns anpassen. Doch wie führt man ein ausgeglichenes, zufriedenes und erfolgreiches Leben – sowohl im Beruf als auch im Privaten? Dale Carnegies millionenfach erprobte und angewandte Grundsätze helfen dabei, sich selbst in einer sich verändernden Welt zu behaupten, Probleme zu lösen und die Revolution in den zwischenmenschlichen Beziehungen zu bewältigen. Seine Erfolgsprinzipien erfordern keine Vorkenntnisse, sondern nur die Bereitschaft, sie zu verinnerlichen und zu praktizieren. Denn Erfolg hängt nicht von äußeren Faktoren ab, sondern er ist in uns selbst zu finden.

DALE CARNEGIE wurde 1888 in Missouri geboren. Aus einfachsten Verhältnissen kämpfte er sich nach oben und begann, mit großem Erfolg Seminare durchzuführen. 1936 schrieb er sein bis heute millionenfach verkauftes Buch »How to Win Friends and Influence People«. Weltweit wurden bis heute über 50 Millionen Exemplare seiner Bücher in 38 Sprachen verkauft. Dale Carnegie starb bereits 1955, sein Erbe aber lebt weiter. Mit mehr als sieben Millionen Teilnehmern gehört Dale Carnegie Training heute weltweit zu den führenden Trainingsunternehmen. Zu den Kunden zählen 400 der Fortune-500-Unternehmen.

240 Seiten, $13.5 \times 21.0 \, \text{cm} \mid \text{Hardcover}$ ISBN 978-3-95972-561-3 | Warengruppe 1481



RAY DALIOS BÜCHER VERKAUFTEN SICH WELTWEIT MEHR ALS FÜNF MILLIONEN MAL



DALIO, RAY

Die Prinzipien des Erfolgs – Ihr Journal

Kreieren Sie Ihre eigenen Prinzipien, um alles zu erreichen, was Sie wollen

25,00 € (D), 25,80 € (A)

ET: 23.11.2022

- »Die Prinzipien des Erfolgs« avancierte zum »SPIEGEL«-Bestseller mit fast 40.000 verkauften Exemplaren
- Ray Dalio ist Gründer von Bridgewater und gehört zu den einflussreichsten Menschen der Welt

Ray Dalio gründete Bridgewater Associates 1975 in seiner Zwei-Zimmer-Wohnung in New York City. Über vier Jahrzehnte baute er es zum fünftwichtigsten Privatunternehmen der Vereinigten Staaten aus (»Fortune«) und verdiente für seine Kunden mehr Geld als jeder andere Hedgefonds in der Geschichte (Bloomberg). 2017 veröffentlichte Dalio das Buch »Die Prinzipien des Erfolgs«, in dem er die unkonventionellen Grundsätze hinter seinem einzigartigen Erfolg beschreibt, von denen er glaubt, dass die meisten Menschen sie anwenden können, um erfolgreich zu sein – wie auch immer sie Erfolg definieren.



RAY DALIO ist einer der größten Investoren und Unternehmer unserer Zeit. Er ist ein renommierter Vordenker und Berater für wirtschaftspolitische Entscheidungsträger auf der ganzen Welt. Vom »Time Magazine« wurde Dalio in die Liste der 100 einflussreichsten Menschen der Welt aufgenommen und wegen seiner zahlreichen Anlageinnovationen als »Steve Jobs des Investierens« bezeichnet. Er ist außerdem der Autor des »New York Times«-Bestsellers »Die Prinzipien des Erfolgs«.

TÄGLICH KURZE ZITATE UND PRAKTISCHE ÜBUNGEN ZUR SELBSTREFLEXION FÜR MEHR GLÜCK UND AUSGEGLICHENHEIT IM LEBEN



DENG, MING-DAO

365 Tao

Meditationen für jeden Tag des Jahres

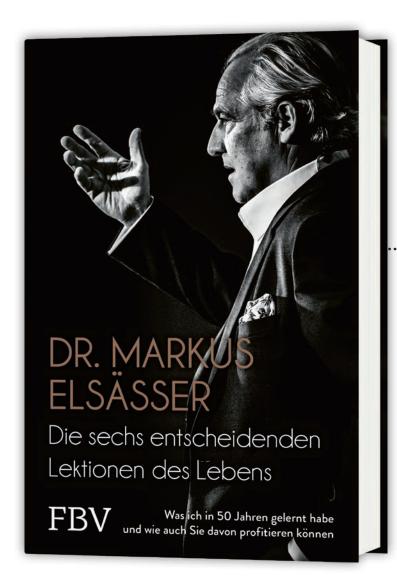
25,00 € (D), 25,80 € (A)

ET: 21.03.2023

- Trendthema Taoismus: die alten Weisheiten der chinesischen Philosophie für die heutige Zeit erklärt
- Attraktives Geschenkbuch in hochwertiger Ausstattung

Tao (oder auch Dao) bedeutet wörtlich »der Pfad« oder »der Weg«. Es ist das zentrale Prinzip der Philosophie des Laotse und steht für alles Werden und Vergehen, ist also der Weg, den alles Leben und das ganze Universum nehmen. Es gibt nichts, was nicht Teil davon ist. Ein harmonisches Leben bedeutet, das Tao zu kennen und die natürliche Ordnung der Dinge anzuerkennen. Das Buch enthält 365 kurze Zitate aus dem Taoismus zu unterschiedlichen Themen wie »Beginn«, »Angst«, »Vertrauen« oder »Glück«, jeweils gefolgt von einem interpretierenden Kommentar des Autors. Deng Ming-Dao zeigt, dass die Weisheit des Tao nicht veraltet ist, sich nicht auf alte Schriften und rituelle Praktiken beschränkt, sondern – ganz im Gegenteil – im täglichen Leben, im Hier und Jetzt, für jeden anwendbar ist. Eine Seite pro Tag, Anregungen für jeden Tag des Jahres. So erhält man nicht nur jeden Tag neue Inspirationen und hilfreiche Vorschläge für einen guten Tag, sondern wächst im Lauf des Jahres in die Philosophie des Taoismus hinein und findet so den Weg zu mehr Zufriedenheit und Erfüllung im Alltag.

DIE LEHR- UND WANDERJAHRE EINES ERFOLGREICHEN INVESTORS UND UNTERNEHMERS – ACHTUNG: KULTSTATUS



DR. ELSÄSSER, MARKUS

Die sechs entscheidenden Lektionen des Lebens

Was ich in 50 Jahren gelernt habe und wie auch Sie damit Erfolg haben können

18,00 € (D), 18,60 € (A)

ET: 25.04.2023

- Band 3 der erfolgreichen Reihe von Unternehmer und Investor Markus Elsässer: Tipps und Lebensweisheiten eines erfolgreichen Investors und Topmanagers
- Ob privat oder beruflich, Markus Elsässer hat für jede Lebenslage die richtigen Tipps, Kniffe und Verhaltensregeln parat, um erfolgreich zu werden

Bestsellerautor Dr. Markus Elsässer ist schon viel herumgekommen und hat viel erlebt. Aufgewachsen in London, Hongkong und Paris, hat er später als Topmanager lange Jahre in Sidney und Singapur gearbeitet. Als selbstständiger Investor und Ratgeber ist er seit mehr als 25 Jahren erfolgreich. Mit seinen Büchern »Des klugen Investors Handbuch« und »Dieses Buch ist bares Geld wert« hat er längst Kultstatus erreicht. Amüsant und intelligent lässt Elsässer den Leser nun auch in seinem dritten Buch an seinem reichen Erfahrungsschatz teilhaben. Niemand wüsste besser als er, wie man sich erfolgreich durchs Leben navigiert. Ob privat oder beruflich, Elsässer hat für jede Lebenslage die richtigen Tipps, Kniffe und Verhaltensregeln parat.



DR. MARKUS ELSÄSSER war Finanzdirektor bei Dow Chemical Deutschland, General Manager für Benckiser in Sydney und Managing Director Asia-Pacific für die Storck Gruppe in Singapur. Seit 1998 ist er selbstständiger Investor und Fondsberater. Er ist Gründer der ME-Fonds sowie des Sport-Management-Unternehmens Rolfes & Elsässer, zusammen mit dem Profifußballer Simon Rolfes.

256 Seiten, $13.5 \times 21.5 \, \text{cm} \mid \text{Hardcover}$ ISBN 978-3-95972-503-3 $\mid \text{Warengruppe } 1481$



PRAKTISCHE NUTZANWENDUNG EINER URALTEN PHILOSOPHIE: GESUND WERDEN UND BLEIBEN



GLEISSNER, GERHARD

Gesund leben mit dem Stoizismus

Wie Sie durch die Philosophie der alten Stoiker seelisch und körperlich gesund bleiben

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 21.02.2023

- Trendthema Stoizismus mit über 150.000 verkauften Exemplaren im FinanzBuch Verlag
- Kombination aus der beliebten Lebensphilosophie und dem Dauerthema Gesundheit
- Der Autor hat als Arzt große fachliche Expertise

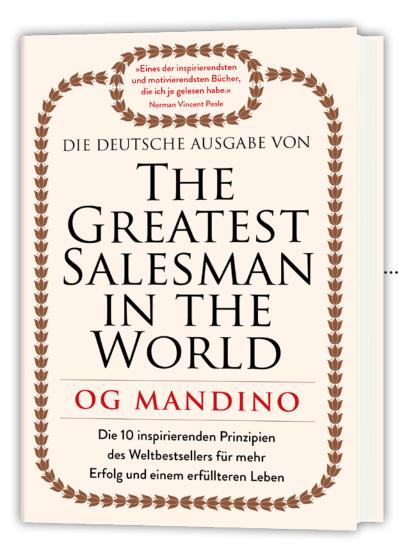
Der Stoizismus ist seit der Antike eine der erfolgreichsten lebensphilosophischen Schulen und bekanntermaßen bis heute unübertroffen in seiner Art, Glück, Zufriedenheit und Gelassenheit zu vermitteln. Die Tatsache, dass die Anwendung der stoischen Prinzipien zu seelischer Gesundheit führt, die wiederum sogar die körperliche Gesundheit günstig beeinflusst, ist in der bisherigen Literatur zum Stoizismus aber nur angedeutet. Gerhard Gleißner geht als erfahrener Arzt dieser Verbindung in den relevanten Bereichen der stoischen Lehre nach und gleicht sie mit den Erkenntnissen der modernen Psychotherapie ab, indem er die besten Techniken und Methoden der Stoiker in einen Zusammenhang stellt.



DR. MED. GERHARD GLEISSNER

studierte Medizin in München und machte eine Weiterbildung im Akutkrankenhaus mit Abschluss als Facharzt für Allgemeinmedizin. Er ist spezialisiert auf Psychosomatik und evidenzbasierte Medizin. Von 1999 bis 2013 arbeitete er als Hausarzt in eigener Praxis in Amerang, Chiemgau. Seit 2014 ist er als Amtsarzt und Gutachter im öffentlichen Gesundheitsdienst tätig. Nebenberuflich ist er ärztlichphilosophischer Berater. Er ist verheiratet und hat eine Tochter.

WELTWEIT MEHR ALS VIER MILLIONEN VERKAUFTE EXEMPLARE DES KLASSIKERS – JETZT IN KOMPLETT NEUER ÜBERSETZUNG



MANDINO, OG

The Greatest Salesman in the World

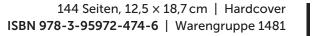
Verändern Sie Ihr Leben mit den 10 inspirierenden Prinzipien des Weltbestsellers für mehr Erfolg und einem erfüllteren Leben 15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 25.04.2023

 Zehn inspirierende und leicht zugängliche Prinzipien für ein erfüllteres Leben, die auf alle Lebensbereiche angewendet werden können

Ob wir nun Verkäufer des Monats werden, unseren Roman zu Ende schreiben oder 10 Kilo abnehmen möchten – wir alle haben Ziele, die wir erreichen wollen. Aber der Weg dorthin kann entmutigend sein. Der Klassiker »The Greatest Salesman in the World« ist eines der meistgelesenen und meistgelobten Inspirations- und Selbsthilfebücher aller Zeiten. Og Mandino zeigt darin Wege auf, wie wir uns täglich Gewohnheiten aneignen können, um unsere Entschlossenheit und unseren Charakter zu stärken, was uns helfen wird, unsere Ziele zu erreichen. Die zehn Grundsätze dieses Buchs werden anhand des Gleichnisses eines armen Kameljungen in biblischer Zeit vermittelt. Hafid möchte die Kunst des Verkaufens erlernen, um ein reicher Kaufmann zu werden.

OG MANDINO ist der meistgelesene Inspirations- und Selbsthilfeautor der Welt. Als ehemaliger Präsident der Zeitschrift »Success Unlimited« war Mandino der erste Empfänger der Napoleon Hill Gold Medal für literarische Leistungen. Og Mandino war Mitglied der International Speakers Hall of Fame und wurde von der National Speakers Association mit dem Masters of Influence ausgezeichnet. Og Mandino starb 1996, aber seine Bücher inspirieren weiterhin unzählige Menschen auf der ganzen Welt.





ÜBER EIN STARKES NETZWERK IN DIE FÜHRUNGSETAGE KOMMEN



PROBERT, FREDERIKE

Erfolgreich statt perfekt

Wie Frauen wirklich Karriere machen

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 23.05.2023

- Blick auf den aktuellen Stand der Gleichberechtigung
- Prominente Frauen berichten von ihrem Weg zum Erfolg

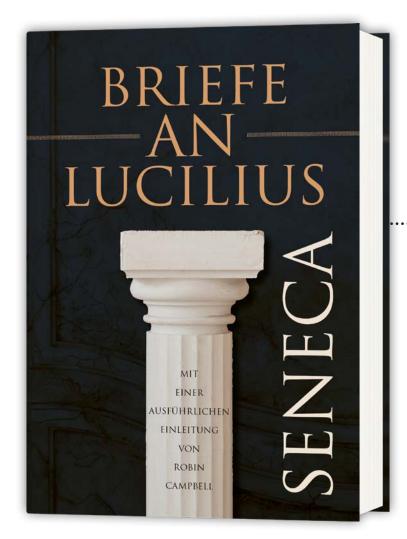
Karrierebücher für Frauen gibt es wie Sand am Meer.
Eine Großzahl von ihnen fokussiert sich jedoch auf die
Selbstoptimierung der Leserinnen oder Forderungen an
die Wirtschaft, Politik oder Gesellschaft, Frauen dieselben
Karrierechancen zu verschaffen wie ihren männlichen
Kollegen. Dieses Buch bietet einen anderen Ansatz: Es soll
mitreißen, motivieren und inspirieren – mit Geschichten
aus dem wahren Leben bekannter Topmanagerinnen und
Persönlichkeiten. Die Autorin wirft einen kritischen Blick auf
den aktuellen Stand der Gleichberechtigung und den Erfolg
von bereits umgesetzten Maßnahmen wie der Frauenquote.
Sie zeigt, dass die mangelnde Repräsentanz von Frauen in
Führungsetagen wenig mit mangelnder Qualifikation zu tun hat.



FREDERIKE PROBERT ist Gründerin und Geschäftsführerin des Karriere-Netzwerks Mission Female. In den vergangenen 20 Jahren machte sie sich als erfolgreiche Unternehmerin in der digitalen Industrie und als Technologie-Expertin einen Namen. Ihr erklärtes Ziel ist es. Frauen in Wirtschaft, Medien und Politik zu stärken. Mit Mission Female bietet sie ein branchenübergreifendes Netzwerk für Topmanagerinnen und Fachexpertinnen. Sie ist erfolgreiche Buchautorin, gefragte Speakerin, Female Founder, Investorin und Board Member in unterschiedlichen Unternehmen und Initiativen

250 Seiten, 13,5 × 21,0 cm | Softcover ISBN 978-3-95972-669-6 | Warengruppe 1974

DER STOIZISMUS-KLASSIKER MIT EINER INFORMATIVEN EINLEITUNG ZU SENECAS LEBEN UND WERK



SENECA, LUCIUS ANNAEUS; BRÖMER, KERSTIN

Briefe an Lucilius

Mit einer ausführlichen Einleitung von Robin Campbell

15,00 € (D), 15,50 € (A)

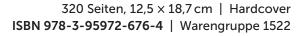
ET: 25.04.2023

- Trendthema Stoizismus mit über 150.000 verkauften Büchern im FinanzBuch Verlag
- Senecas berühmte Briefe an Lucilius sind zeitlos und relevant für jeden

Als Berater des Kaisers Nero war Lucius Annaeus Seneca im antiken Rom die einflussreichste Macht hinter dem Thron.

Seinen bleibenden Ruhm verdankt er seinen Schriften über den Stoizismus, in der die Philosophie eine praktische Form der Selbstverbesserung und keine bloße Angelegenheit von Argumenten oder Wortspielen ist. In den Briefen an seinen jungen Freund Lucilius rät Seneca eher zum Handeln als zum Nachdenken und spricht die Fragen an, mit denen sich jede Generation konfrontiert sieht: Wie kann man ein gutes Leben führen, wie kann man Korruption und Maßlosigkeit vermeiden und wie kann man ohne Angst vor dem Tod leben? Die Briefe sind in einem eingängigen Gesprächsstil verfasst und spiegeln den stoischen Grundsatz wider.

LUCIUS ANNAEUS SENECA, genannt Seneca der Jüngere, etwa 1 - 65 n. Chr., war ein römischer Philosoph, Dramatiker, Naturforscher, Politiker und als Stoiker einer der meistgelesenen Autoren seiner Zeit. Neben Mark Aurel und Cicero zählt er zu den wichtigsten Vertretern der römischen Stoa.





DREI VON SENECAS BERÜHMTESTEN SCHRIFTEN IN EINER NEUEN AUSGABE



SENECA, LUCIUS ANNAEUS; BRÖMER, KERSTIN

Von der Kürze des Lebens

Das Leben ist lang, wenn du es zu nutzen weißt

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 23.05.2023

- Trendthema Stoizismus mit über 150.000 verkauften Büchern im FinanzBuch Verlag
- Attraktives Geschenkbüchlein für die Jackentasche

Wie soll der Mensch richtig leben im Bewusstsein, dass sein Leben kurz ist? Diese existenzielle Grundfrage erörtert Seneca in einem seiner wichtigsten Texte: »Von der Kürze des Lebens«. Er lehrt uns, dass der erste Schritt zu einer gelingenden Lebensführung darin besteht, ein Verständnis vom Wesen der Zeit zu entwickeln. Neben diesem Essay enthält der Band noch die Werke »Trostschrift an seine Mutter Helvia« und »Von der Seelenruhe«. Sie bieten tiefe Einsichten in die Lebenskunst, die Bedeutung von Vernunft und Moral und sind durch ihre Beredsamkeit, Klarheit und zeitlose Weisheit auch heute noch für viele eine wertvolle Anleitung zum besseren Leben. Der römische Staatsmann und Denker Seneca (ca. 5 v. Chr.–65 n. Chr.) ist einer der herausragendsten Vertreter des Stoizismus, der bereits zu Lebzeiten große Berühmtheit erlangte. Seine Schriften sind Glanzstücke der stoischen Ethik, in denen sich sein Wunsch nach Glück und Zufriedenheit für die Menschen seiner Zeit manifestiert.

MIT DEM INTERAKTIVEN JOURNAL LERNEN SIE, DIE INHALTE VON »ICH ZEIGE DIR, WIE DU REICH WIRST« ERFOLGREICH UMZUSETZEN



SETHI, RAMIT

Ich zeige dir, wie du reich wirst – Das Journal

18,00 € (D), 18,60 € (A)

ET: 25.04.2023

- Der Bestseller »I will teach you to be rich« verkaufte sich weltweit mehr als eine halbe Million Mal
- Ramit Sethi hat eine große Fangemeinde und mehr als 325.000 Follower auf Instagram

Die meisten von uns haben noch nie darüber nachgedacht, wie unser reiches Leben jenseits von »Ich tue dann, was ich will und wann ich will« aussieht. Oder man sagt uns unser ganzes Leben lang, wir sollen sparen ... aber was dann? Wie können wir die Ergebnisse genießen? Mit diesem Journal können Sie sich endlich die Zeit geben, Ihr reiches Leben zu gestalten. Arbeiten Sie mit augenöffnenden Übungen und aussagekräftigen Aufforderungen, um unter anderem zu verstehen, wie Sie Ihren Überzeugungen hinsichtlich Geld auf den Grund gehen oder wie Sie lernen, Ihr Geld für die Dinge auszugeben, die Ihnen wirklich wichtig sind, und es nicht für Gelegenheiten zu verschwenden, die Sie nicht weiterbringen.



RAMIT SETHI schreibt jeden Monat für über eine Million Leser über Geld, Wirtschaft und Psychologie auf iwillteachyoutoberich.com. Sein Buch und seine Erfolgsgeschichte wurden nicht nur im »Fortune«-Magazin, der »New York Times«, dem »Wall Street Journal«, sondern sogar in Tim Ferriss' millionenfach gehörtem Podcast vorgestellt. Ramit Sethi studierte Technik und Psychologie in Stanford und lebt in New York.

VOM AUTOR DES INTERNATIONALEN BESTSELLERS »DER MÖNCH, DER SEINEN FERRARI VERKAUFTE« MIT MEHR ALS 100.000 VERKAUFTEN EXEMPLAREN





SHARMA, ROBIN

Finde deine Bestimmung

Erwecke dein bestes Selbst $18,00 \in (D), 18,60 \in (A)$

ET: 21.03.2023

- Robin Sharmas Bücher wurden millionenfach in mehr als
 92 Sprachen verkauft und machen ihn damit zu einem der meistgelesenen Autoren der Welt
- Robin Sharma verfügt über eine weltweite Fangemeinde mit allein 1,3 Millionen Followern auf Instagram

Mit »Der Mönch, der seinen Ferrari verkaufte« wurde Robin Sharma zu einem der meistgelesenen Autoren der Welt.

»Entdecken Sie Ihr Schicksal« ist ein bahnbrechender Leitfaden, um Ihre Sehnsüchte und Träume in die Realität zu verwandeln und das Leben zu leben, für das Sie wirklich bestimmt sind. Robin Sharmas Botschaft hat bereits Millionen Menschen auf der ganzen Welt dazu inspiriert, sich von ihren einschränkenden Glaubenssätzen zu befreien, ihre Ängste zu überwinden und das Glück zu erfahren, nach dem sie sich gesehnt haben. Denn er schafft es, Antworten auf viele der größten Fragen des Lebens zu geben, und ermutigt, größtmögliche Einsicht in die Funktionsweise der Welt zu gewinnen, um jedem aufzuzeigen, wie man in ihr erfolgreich und glücklich sein kann.



ROBIN SHARMA hat sein Leben der Aufgabe gewidmet, Menschen zu helfen, ihre höchsten natürlichen Gaben zum Ausdruck zu bringen. Er gilt als einer der weltweit angesehensten Experten für Führung und persönliche Entwicklung. Zu seinen Kunden zählen die NASA, Microsoft, NIKE, Unilever, FedEx, Starbucks, die Yale University, PwC, IBM Watson und viele andere mehr. Seine internationalen Bestseller wurden millionenfach in mehr als 92 Sprachen verkauft und machen ihn zu einem der meistgelesenen Autoren der Welt.

272 Seiten, $12.5 \times 18.7 \, \text{cm} \mid \text{Softcover}$ ISBN 978-3-95972-642-9 | Warengruppe 1481



DAS ACHT-SCHRITTE-SYSTEM FÜR BESSERE FÜHRUNG VON BESTSELLERAUTOR ROBIN SHARMA



SHARMA, ROBIN

Über die Kunst zu führen

Die acht Rituale visionärer Führungskräfte

18,00 € (D), 18,60 € (A)

ET: 21.03.2023

- Vom Autor des internationalen Bestsellers »Der Mönch, der seinen Ferrari verkaufte«, der sich in Deutschland mehr als 100.000 Mal verkaufte
- Robin Sharmas Bücher wurden millionenfach in mehr als
 92 Sprachen verkauft und machen ihn damit zu einem der meistgelesenen Autoren der Welt

Ȇber die Kunst zu führen« ist ein praktischer Leitfaden für visionäre Führung und ein inspirierendes Handbuch, das zeigt, wie Sie Vertrauen, Engagement und Glauben in Ihrer Organisation wiederherstellen und dabei gleichzeitig Ihr Leben verändern können. Robin Sharma – weltbekannter Führungsguru – erzählt die Geschichte von Peter Franklin, einem frustrierten Inhaber eines angeschlagenen digitalen Softwareunternehmens. Gerade als die Dinge für Peter hoffnungslos erscheinen, steht ein junger Mönch vor seiner Tür und bietet ihm einen todsicheren Rat, wie er das Schicksal seines Unternehmens wenden kann. Peter ist erstaunt, als er erfährt, dass es sich bei dem Mönch um seinen lang vermissten Freund handelt.



ROBIN SHARMA hat sein Leben der Aufgabe gewidmet, Menschen zu helfen, ihre höchsten natürlichen Gaben zum Ausdruck zu bringen. Er gilt als einer der weltweit angesehensten Experten für Führung und persönliche Entwicklung. Zu seinen Kunden zählen die NASA. Microsoft, NIKE, Unilever, FedEx, Starbucks, die Yale University, PwC. IBM Watson und viele andere mehr. Seine internationalen Bestseller wurden millionenfach in mehr als 92 Sprachen verkauft und machen ihn zu einem der meistgelesenen Autoren der Welt

304 Seiten, $12.5 \times 18.7 \, \text{cm} \mid \text{Softcover}$ ISBN 978-3-95972-645-0 | Warengruppe 1784



DER ERFOLGREICHE ENTREPRENEUR, MUSIKER UND SPEAKER DEREK SIVERS TEILT SEINE WEISHEITEN UND METHODEN FÜR MEHR GLÜCK

HELL YEAH or No

Von Dingen, die es wert sind, getan zu werden

DEREK SIVERS

»Derek Sivers ist einer meiner Lieblingsmenschen, ich frage ihn oft um Rat.« *Tim Ferriss* SIVERS, DEREK

Hell Yeah or No

Von Dingen, die es wert sind, getan zu werden

18,00 ∈ (D), 18,60 ∈ (A)

ET: 25.04.2023

- Prägnante und leicht anwendbare Denkanstöße, von denen jeder profitieren kann
- Die kurzen Kapitel sind in allen Lebensbereichen leicht zu verstehen. Die Einfachheit macht sie so tiefgründig

Wer sich bei einer Sache nicht ganz sicher fühlen, sagt Nein. In vielen Angelegenheiten sagen wir allerdings zu oft Ja. Indem wir zu fast allem Nein sagen, schaffen wir Raum und Zeit im Leben, um uns ganz auf die wenigen Dinge zu konzentrieren, die am wichtigsten sind. Aber wie erkennen wir, was es wert ist, getan zu werden? Nachdem Derek Sivers »Ja oder Nein«-Regel von Podcastern, Bloggern und Investoren übernommen wurde, hat er erstmals seine wichtigsten Ideen in diesem tiefgründigen wie nützlichen Buch zusammengefasst: was es wert ist, getan zu werden (und was nicht), wie sich fehlerhaftes Denken korrigieren lässt und wie wir Dinge geschehen lassen. Kurz, prägnant, einfach und gleichsam tiefgreifend.

DEREK SIVERS ist ein Autor über Philosophie und Unternehmertum, der für seine überraschenden, zitierfähigen Einsichten und seinen prägnanten, knappen Schreibstil bekannt ist. Früher war er Musiker, Programmierer, TED-Redner und Zirkusclown. Sein erstes Unternehmen verkaufte er für 22 Millionen Dollar und spendete das gesamte Geld für wohltätige Zwecke.



TOP VERNETZTE UND REICHWEITENSTARKE AUTOREN MIT **DEM** ÜBERSICHTLICHEN LEITFADEN FÜR FINANZEN UND VERSICHERUNGEN



BUSCH, STEPHAN; WONNEBERGER, TOM

Dein Finanzplan fürs Leben

Alles, was du über Finanzen und Versicherungen wissen musst 22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 24.01.2023

- Ein übersichtlicher Leitfaden für alles Wesentliche im Bereich Versicherungen, Finanzen und (Alters-)Vorsorge
- Die Autoren haben mit ihrem Unternehmen eine große Reichweite und einen sehr guten Namen in der Branche
- Hohe Benutzerfreundlichkeit durch ansprechendes Layout

Sich mit den eigenen Finanzen, Versicherungen und der Vorsorge beschäftigen zu müssen kann schnell überfordernd wirken. Tausende von vermeintlich vorteilhaften und »sicheren« Angeboten stehen zur Auswahl, die von unterschiedlichsten Beratern oder Unternehmen empfohlen werden – ein buchstäbliches Dickicht an Möglichkeiten. Doch es naht Hilfe! Stephan Busch und Tom Wonneberger haben sich auf die Bedürfnisse junger Leute spezialisiert und geben Antworten auf die wichtigsten Fragen rund um Finanzen, Versicherungen und (Alters-)Vorsorge: Welche Versicherungen brauche ich wirklich und welche kann ich mir sparen? Wie sieht eine clevere Sparstrategie aus und wie setze ich sie um?

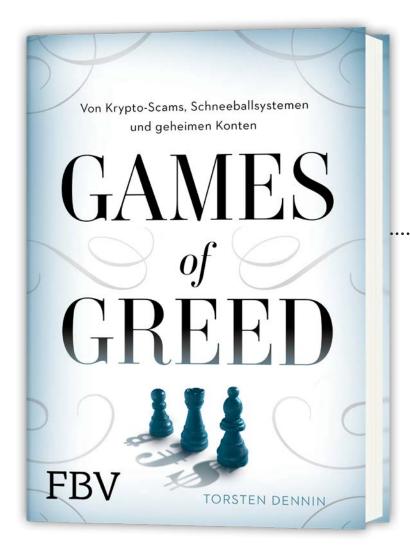


STEPHAN BUSCH, geboren 1986, ist ausgebildeter Betriebswirt, hat einen Bachelor of Science Finanzwirtschaft – Versicherung und jahrelange Erfahrung in der Beratung von Versicherern und Banken. Er ist Inhaber und Mitgründer von PROGRESS Finanzplaner.



TOM WONNEBERGER, geboren 1989, studierte Jura und machte anschließend eine Ausbildung bei der IHK als Versicherungsfachmann. Er hat zudem einen Bachelor of Science Finanzwirtschaft – Versicherung und jahrelange Erfahrung in der Beratung von Versicherern und Banken.

DIE AUSSERGEWÖHNLICHSTEN GESCHICHTEN VON GIER UND BETRUG AUS DEM MODERNEN GESCHÄFTSLEBEN VON ENRON BIS WIRECARD



DENNIN, DR. TORSTEN

Games of Greed

Von Krypto-Scams, Schneeballsystemen und geheimen Konten

25,00 € (D), 25,80 € (A)

ET: 21.02.2023

- Spannend wie ein Krimi und doch ist alles wahr
- Torsten Dennin ist internationaler Bestsellerautor, seine Bücher wurden in mehrere Sprachen übersetzt

Nach dem internationalen Erfolg von »Von Tulpen zu Bitcoins« über die größten Finanzblasen der Geschichte wendet sich Torsten Dennin nun den Themen Gier und

Betrug zu. Er versammelt in seinem Buch die spannendsten, außergewöhnlichsten und absurdesten Fälle, die ihresgleichen suchen, und beleuchtet auf unterhaltsame Weise den Wahnsinn um die Enthüllungen der Pandora- und Panama-Papers, den Skandal um Enron, Worldcom, Wirecard und die aberwitzigen Börsengeschäfte von Jordan Belfort, dem »Wolf of Wall Street«. Von Schneeballsystemen und Krypto-Scams bis hin zu den größten Kunstdiebstählen und ausgewachsenen Kleptokratien.

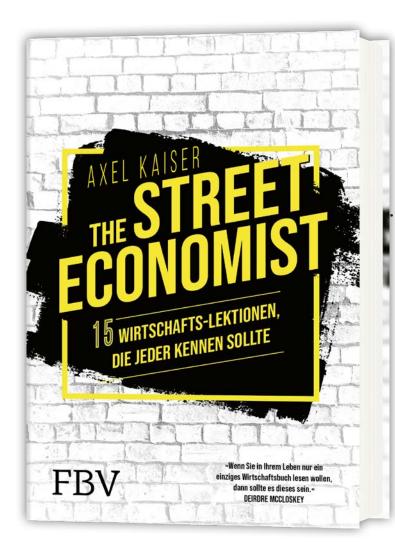


DR. TORSTEN DENNIN hat in Deutschland und den USA Volkswirtschaftslehre studiert

und zum Thema Rohstoffmärkte promoviert. Von 2003 bis 2010 war er bei der Deutschen Bank AG als Portfoliomanager tätig und analysierte die internationalen Rohstoffmärkte des Basic-Resources-Sektors. 2010 wechselte er zur Altira Group, um dort den Rohstoffsektor mitaufzubauen.



PLATZ 1 DER SACHBUCH-BESTSELLERLISTE AUS CHILE



KAISER, AXEL; SCHÖBITZ, BIRGIT

The Street Economist

15 Wirtschafts-Lektionen, die jeder kennen sollte

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 21.03.2023

- Ein leicht verständliches
 Wirtschaftseinmaleins aus marktwirtschaftlicher Sicht
- Mit einem Vorwort von Bestsellerautor Rainer Zitelmann
- Über 20.000 verkaufte
 Exemplare des Wirtschafts-Bestsellers

Es gibt wohl keine Disziplin, die für das tägliche Leben der Menschen wichtiger ist als die Wirtschaft. Allerdings sind Missverständnisse in diesem Bereich häufiger als in jedem anderen. Vielen fehlt es an grundlegenden wirtschaftlichen Kenntnissen, um das Wirtschaftsgeschehen richtig beurteilen zu können. Im Gegensatz zu den Experten, die in ihren Elfenbeintürmen debattieren, argumentiert Kaiser, dass wir vor allem wirtschaftsverständige Bürger »auf der Straße« brauchen, die in der Lage sind, grundlegende wirtschaftliche Konzepte wie Preise, Kapital, Angebot und Nachfrage, Arbeit, Inflation und Innovation zu verstehen, damit sie eine rationale Wirtschaftspolitik unterstützen können und sich nicht von falschen Diskursen täuschen lassen.



AXEL KAISER Axel Kaiser Barents von Hohenhagen ist ein chilenischdeutscher Anwalt, Master in Investments, Commerce and Arbitration, Master of Arts und Doktor der Philosophie der Universität Heidelberg. Er ist Direktor des Friedrich-Havek-Lehrstuhls an der Adolfo-Ibáñez-Universität in Santiago de Chile, Senior Fellow am Atlas Center for Latin America mit Sitz in Miami und Senior Research Fellow am Archbridge Institute mit Sitz in Washington D. C. Er ist außerdem Mitbegründer und Präsident der Denkfabrik Foundación para el Progreso in Santiago de Chile.

 $\label{eq:150} 150 \; \text{Seiten, } 12,5 \times 18,7 \, \text{cm} \; \mid \; \text{Hardcover} \\ \text{ISBN 978-3-95972-677-1} \; \mid \; \text{Warengruppe 1977} \\$



DER STEUER-BESTSELLER MIT ÜBER 30.000 VERKAUFTEN EXEMPLAREN



TÖLLE, WOLF-DIETER

Alles, was Sie über Steuern im Ruhestand wissen müssen 2022/2023

Die besten Steuertipps, die wichtigsten Begriffe, die größten Steuerfallen – 8., komplett aktualisierte Auflage 2022/2023 des Steuer-Bestsellers

10,00 € (D), 10,30 € (A)

ET: 22.03.2022

- Die wichtigsten Steuerfallen für Rentner und wie man sie umgeht
- Praktische Tipps zum
 Steuersparen und die
 wichtigsten Fachbegriffe einfach
 erklärt
- 8., komplett aktualisierte
 Auflage

Immer mehr Rentner müssen Steuern auf ihre Renten zahlen. Schon jetzt werden nach den aktuellsten Zahlen des Statistischen Bundesamts fast sieben Millionen Ruheständler zur Einkommensteuer herangezogen – das ist jeder dritte der über 20 Millionen Rentner. Wolf-Dieter Tölle, Rechtsanwalt, Notar und Steuerberater, zeigt kurz und bündig, ob Sie als Rentner eine Steuererklärung abgeben müssen und was sich für Sie als Ruheständler zum Jahreswechsel geändert hat. Er demonstriert übersichtlich, wie Sie Steuern sparen können, und gibt praktische Steuertipps, wie Sie so viel wie möglich für sich herausholen und Ihnen möglichst viel von Ihrer Rente oder Pension bleibt. Zudem weist er auf die größten Steuerfallen für Rentner hin und erläutert die wichtigsten (Steuerfach-)Begriffe.



WOLF-DIETER TÖLLE ist
Rechtsanwalt, Notar, Steuerberater
sowie Fachanwalt für Steuerrecht
und Erbrecht. Er ist Experte für
Vermögens- und Nachfolgeberatung
sowie Erbrecht und Erbschaftsteuer.
Er ist seit mehr als einem Jahrzehnt
auch in der Aus-, Fort- und
Weiterbildung von Steuerberatern
und Fachanwälten tätig. Regelmäßig
veröffentlicht er in der einschlägigen
Fachpresse zu seinen Fachgebieten.

ROBERT KIYOSAKI IST BESTSELLERAUTOR MIT EINER GESAMTAUFLAGE IN DEUTSCHLAND VON MEHR ALS 600.000 VERKAUFTEN EXEMPLAREN IM FINANZBUCH VERLAG



KIYOSAKI, ROBERT T.

Wie Sie reich werden, ohne auf Ihre Kreditkarte zu verzichten

Wie Sie gute Schulden nutzen und schlechte vermeiden

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 25.04.2023

- Kurze Einführung in die Welt der Schulden – und wie man sie gewinnbringend einsetzen kann
- Die Bücher der »Rich Dad Poor Dad«-Reihe haben sich weltweit über 44 Millionen Mal verkauft

Wer über eine solide Finanzausbildung verfügt, weiß, dass es zwei Arten von Schulden gibt: gute und schlechte Schulden.

Wer sich mit Schulden auskennt, weiß, wie er gute Schulden nutzen kann, um schneller reicher zu werden. Und wenn wir die Kontrolle übernehmen und lernen, mit schlechten Schulden umzugehen, sind wir auf dem Weg zur finanziellen Freiheit. Dieses Buch zeigt, wie jeder sein Geld dazu bringen kann, hart für ihn zu arbeiten ... anstatt sein ganzes Leben lang hart für Geld arbeiten zu müssen. Schulden zu verstehen und zu wissen, wie man sie einsetzt und nutzt, ist ein wichtiger erster Schritt.



ROBERT T. KIYOSAKI ist Autor des internationalen Bestsellers »Rich Dad Poor Dad«. Vor 25 Jahren gründete er die Rich-Dad-Bewegung, die in zahlreichen Ländern Tausenden Fachkenntnisse zum Thema Investieren vermittelt. Er hat über 20 Bücher geschrieben und diese mehr als 30 Millionen Mal verkauft. Heute gibt er als Redner seine Kenntnisse auf Veranstaltungen weiter.

DER ZWEITE TEIL DES BESTSELLERS »FINANZIELLE INTELLIGENZ«



LAHMER, NICLAS

Finanziell intelligenter

Was man Ihnen in der Schule hätte beibringen müssen

13,99 € (D), 13,99 € (A)

ET: 23.04.2023

 Mehr als 20.000 verkaufte Exemplare von Niclas Lahmer im FinanzBuch Verlag

Nicht nur in Zeiten von steigenden Energie- und Lebenshaltungskosten oder zunehmender Inflation ist es von entscheidender Bedeutung, die Regeln des Geldes zu kennen und zu lernen, nach diesen zu leben. Doch an Deutschlands Schulen und Universitäten werden auch heute noch die Wahrheiten von gestern gelehrt, statt in einer Zeit des völligen Wandels das Wissen zu vermitteln, das es wirklich für den finanziellen Erfolg braucht. In der Fortsetzung seines Bestsellers »Finanzielle Intelligenz« zeigt Niclas Lahmer die Gesetze finanziell erfolgreicher Menschen und die Regeln, nach denen diese spielen. Er enthüllt, wie jeder diese Regeln für sich nutzen kann, um finanziell intelligenter zu werden, dem Hamsterrad zu entfliehen und Geld für sich arbeiten zu lassen.



NICLAS LAHMER Niclas Lahmer ist ein deutscher Unternehmer, Autor und Vortragsredner.

 $256 \text{ Seiten}, 14,5 \times 21,5 \text{ cm} \mid \text{Hardcover}$ ISBN 978-3-95972-654-2 | Warengruppe 9977



STROM, GAS UND WASSER SPAREN: KONKRETE TIPPS FÜR DEN HAUSHALT

MICHAEL BRÜCKNER

SO WERDEN SIE IHR GANZ PERSÖNLICHER

KRISEN Manager



FBV

Lernen Sie mit jeder Krisensituation fertigzuwerden: Inflation, explodierende Energiekosten, Blackouts, Arbeitslosigkeit, Altersarmut BRÜCKNER, MICHAEL

So werden Sie Ihr ganz persönlicher Krisenmanager

Lernen Sie mit jeder Krisensituation fertigzuwerden: Inflation, explodierende Energiekosten, Blackouts, Arbeitslosigkeit, Altersarmut

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 24.01.2023

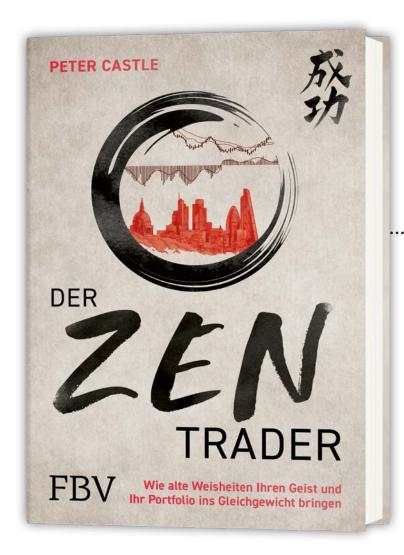
- Inflationssicher Geld sparen auch in Krisenzeiten
- Arbeitslosigkeit, Altersarmut,
 Pflegebedürftigkeit –
 persönliche Krisen, die jeden
 bedrohen

Wir leben in turbulenten Zeiten, Krisennachrichten erreichen uns seit zwei Jahren fast täglich – sei es die Corona-Pandemie, der Krieg in der Ukraine oder die steigende Inflation und die Energiepreise. Da wünscht man sich ein leicht verständliches Handbuch, das genau erklärt, was jetzt zu tun ist. Michael Brückner hat genau so ein Buch geschrieben und gibt zu den zahlreichen gesellschaftlichen und individuellen Krisen konkrete Tipps und Hinweise, die jeder leicht umsetzen kann. Ein unverzichtbares Handbuch sowohl in der aktuellen Krise als auch für die zahlreichen Alltagskrisen, die jeden von uns kalt erwischen können – sorgen Sie vor!



MICHAEL BRÜCKNER arbeitet als freier Wirtschaftsjournalist und Autor. Vor seiner Selbstständigkeit war er zehn Jahre Redakteur einer großen Tageszeitung und danach Chefredakteur des Wirtschaftsmagazins »Europa« sowie eines Immobilien-Fachmagazins. Er hat mehrere erfolgreiche Bücher zu den Themen Finanzen, Sachwerte und Immobilien in Deutschland, Österreich und der Schweiz veröffentlicht.

WICHTIGER ALS JEDE TRADING-STRATEGIE: DAS MINDSET DES TRADERS



CASTLE, PETER

Der Zen-Trader

Wie alte Weisheiten Ihren Geist und Ihr Portfolio ins Gleichgewicht bringen

25,00 € (D), 25,80 € (A)

ET: 21.03.2023

- Wie sich beim Traden die typischen (mentalen) Fallen vermeiden lassen
- Der Autor ist Zen-Mönch und handelt seit mehr als 30 Jahren erfolgreich an der Börse

Trading kann eine anstrengende und nervenzehrende Tätigkeit sein, die viele mentale und emotionale Fallen bereithält.

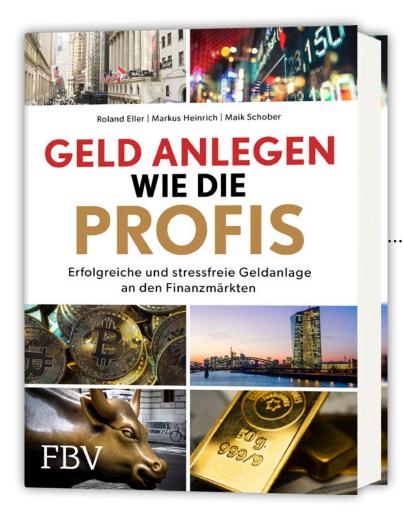
Mitunter gilt die Tradingpsychologie daher als noch wichtiger für den Erfolg als jede Handelsstrategie. Was wäre also, wenn es einen Trading-Lehrer gäbe, der weiß, wie man diese Fallen vermeidet, und der jeden lehren könnte, von einem Ort der inneren Ruhe und des Seelenfriedens aus zu traden? Peter Castle handelt seit fast 30 Jahren erfolgreich an den Finanzmärkten. Aber er ist auch ein Zen-Mönch. Seine einzigartige Perspektive gibt ihm einen unvergleichlichen Einblick darin, wie die Weisheit des Zen dazu befähigen kann, den Geist zu beherrschen und so als Trader an den Märkten erfolgreich zu sein.

PETER CASTLE (Taishin Shodo) tradet seit fast 30 Jahren, davon über 20 Jahre in Vollzeit. In dieser Zeit hat er stressfreie Trading-Strategien entwickelt und sich die Philosophie des »Weniger ist mehr« zu eigen gemacht. Peter hat auch eine Leidenschaft für das Unterrichten und Coachen. Nach vielen Jahren des Studiums des Buddhismus in ganz Asien und Australien, einschließlich eines zweijährigen Aufenthalts in einem Kloster, ist Peter als Zen-Priester in der Tradition des Mugendo Zen Kai (Orden des grenzenlosen Weges) ordiniert. Seinen Erfolg und sein Glück im Leben führt er auf das Studium des Zen zurück.

170 Seiten, $14.5 \times 21.5 \, \text{cm} \mid \text{Hardcover}$ ISBN 978-3-95972-638-2 $\mid \text{Warengruppe } 1977$



ALS ANLEGER TROTZ NIEDRIGER ZINSEN VERMÖGEN AUFBAUEN UND IM ALTER GUT DAVON LEBEN



ELLER, ROLAND; HEINRICH, MARKUS; SCHOBER, MAIK

Geld anlegen wie die Profis

Erfolgreiche und stressfreie Geldanlage an den Finanzmärkten

25,00 € (D), 25,80 € (A)

ET: 21.02.2023

- Mehr als 25 Finanzprofis geben dem Leser Tipps und Strategien an die Hand
- Komplett überarbeitete und aktualisierte Ausgabe von »Vermögensmanufaktur«

Die anhaltende Niedrigzinsphase setzt viele Sparer unter

Druck. Doch der Finanzmarkt bietet zahlreiche Chancen, um mit überschaubarem Risiko Rendite zu erzielen. Für jeden, der diese Chancen wahrnehmen und langfristig vorsorgen möchte, bietet »Geldanlage wie die Profis« das Wissen und die bewährten Strategien von mehr als 25 namhaften Autoren, die problemlos auf die private Vermögensanlage übertragen werden können. Dabei werden zum einen die wichtigsten Einsteigerthemen behandelt: Wie findet man die richtige Risikoklasse für sich? Wie einsteigerfreundlich sind Aktien, Fonds und ETFs? Welche Steuerfragen sind zu beachten? Zum anderen werden die aktuellen Megatrends erklärt – alternative Energien, Kryptowährungen und Immobilienboom.



ROLAND ELLER ist geschäftsführender Gesellschafter der Roland Eller Consulting GmbH. Er ist Trainer und Berater zu den Themen Aufsichtsrecht und Risikomanagement, insbesondere für Vorstände von Banken und Unternehmen

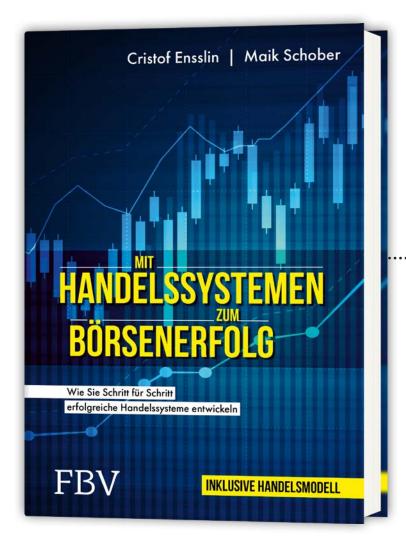


MARKUS HEINRICH ist seit 1998 für die Roland Eller Consulting GmbH als Trainer, Senior-Berater und Projektleiter in den Bereichen Bewertung und Einsatz von Zinsund Kreditprodukten, Derivaten und strukturierten Produkten in der Gesamtbanksteuerung und im Handel tätig

350 Seiten, 17,0 × 24,0 cm | Hardcover ISBN 978-3-95972-610-8 | Warengruppe 1977



TRENDTHEMA AUTOMATISIERTER HANDEL MIT EXPERT ADVISORS



ENSSLIN, CRISTOF; SCHOBER, MAIK

Mit Handelssystemen zum Börsenerfolg

Wie Sie Schritt für Schritt erfolgreiche Handelssysteme entwickeln

29,99 € (D), 30,90 € (A)

ET: 15.11.2022

 Insbesondere für Forex- und CFD-Handel, aber auch für jeden anderen Börsenhändler interessant

Der Erfolg an der Börse steht und fällt mit einer erfolgreichen Strategie. Eine eigene Handelsstrategie zu entwickeln, die robust ist und statistisch signifikante Erfolge aufweist, ist keine triviale Angelegenheit. Die erfahrenen Börsenexperten Maik Schober und Cristof Ensslin arbeiteten jahrelang an unterschiedlichen Algorithmen, um mit voll automatisierten Handelsrobotern erfolgreich Forex-Trading zu betreiben. Sie haben mehr als 100 verschiedene Strategien entworfen, getestet, neu aufgesetzt und optimiert. Das Ergebnis ist nicht nur ein langfristig erfolgreiches Handelssystem, sondern auch das Wissen, wie man ein solches System entwirft, testet und gestaltet. Dieses Wissen teilen die Autoren nun mit ihren Lesern.



CRISTOF ENSSLIN ist einer der führenden Experten im Bereich des automatisierten Forex- und CFD-Handels im deutschsprachigen Raum. Seit 2011 programmiert und nutzt er Expert Advisors für MetaTrader 4 und 5. Zuvor hatten Arbeitsstationen bei LBBW. Daimler (Konzerntreasury). Morgan Stanley, HypoVereinsbank und Deutscher Bank zu seinem reichen Erfahrungsschatz im regelbasierten Finanzhandel mit Fokus Devisenmarkt beigetragen. Er veröffentlicht seit 2017 einen wöchentlichen Blog, in dem er seine wertvollsten Erkenntnisse zum Algo-Handel teilt.

EINBLICK IN DIE SPANNENDE WELT DER NFT-KÜNSTLER UND KRYPTO-INVESTOREN



HAGER, MIKE

Inside NFT: Stars, Storys, Strategien

Der NFT-Papst packt aus 18,00 € (D), 18,60 € (A)

ET: 21.03.2023

- Vom Wissen der Insider profitieren
- »SPIEGEL«-Bestsellerautor mit hoher Marketing-Power und großer Fangemeinde

Bestsellerautor Mike Hager legt nach. Im Anschluss an seinen »SPIEGEL«-Bestseller »Reich mit NFTs« wirft er einen Blick hinter die Kulissen der NFT-Szene und lässt den Leser mit Porträts und O-Tönen bekannter Künstler und Investoren an exklusivem NFT-Wissen und unterhaltsamen Storys teilhaben.

Es ist das ideale Handbuch für alle, die tiefer in die Szene eintauchen und über das Basiswissen, das Einführungsbände liefern, hinausgehen wollen. Zahlreiche Abbildungen machen »Inside NFT« nicht nur zu einem einmaligen Blickfang, sondern auch zum idealen Geschenkbuch für alle, die sich für moderne Anlageformen, DeFi und die Krypto-Welt interessieren. Ein kurzer Überblick zu Beginn des Buches holt auch Einsteiger ab und vermittelt die wichtigsten Grundbegriffe.



MIKE HAGER ist heute Unternehmer, Investor und Bestsellerautor. Bekanntheit erlangte er zuvor durch die Figur »Studiotechniker Nullinger« beim Radiosender Antenne Bavern. Daneben arbeitete er als Moderator, Sprecher und Comedian. Inzwischen ist Mike als »NFT-Papst« international bekannt und anerkannt und führt als Mentor seine stetig wachsende Mentoring-Gruppe »Future of Finance«. Er weiß genau, wovon er spricht, wenn er »mehr Geld, Erfola und Lebensglück« verspricht. Er war ein dicker Bub aus Niederbayern, dem niemand eine Radiokarriere

250 Seiten, 14,5 × 21,5 cm | Softcover | 4-farbig ISBN 978-3-95972-667-2 | Warengruppe 1977



ETFS SIND NACH WIE VOR DAS BELIEBTESTE UND MEISTEMPFOHLENE ANLAGEINSTRUMENT FÜR PRIVATE LANGZEITINVESTMENTS



HUBER, MICHAEL

ETFs für Profis – das große Praxis-Handbuch

Einblicke, Hintergründe und Expertentipps

25,00 € (D), 25,80 € (A)

ET: 24.01.2023

 Detaillierte Analysen und Profiwissen heben dieses Buch von der Masse der Einsteigerbücher ab

ETFs sind aus der Anlagelandschaft nicht mehr wegzudenken. Mithilfe der Exchange Traded Funds kann jeder unkompliziert in eine breite Palette von Aktien investieren und so die Marktbewegungen von Indizes wie dem DAX, dem Nasdaq oder dem MSCI World im eigenen Portfolio nachvollziehen.

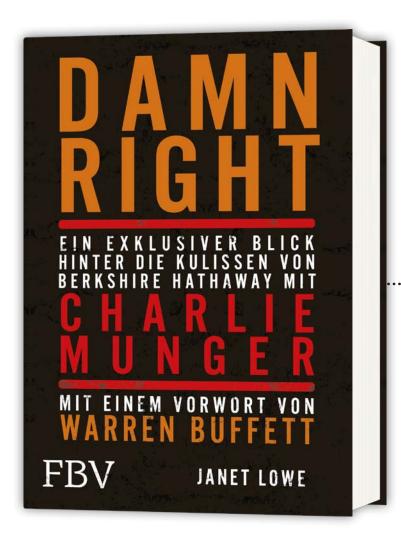
Für Anleger, die nicht einfach den erstbesten Sparplan auswählen möchten, sondern tiefer in die Materie einsteigen wollen, bietet Finanzexperte Michael Huber eine Fülle an Hintergrundinformationen und Profi-Tipps. Von der Geschichte der ETFs und Indexfonds über verschiedene Typen und Replikationsmethoden bis zu Fixed Income ETFs hat Huber alle wichtigen Informationen zusammengestellt, die ambitionierte ETF-Käufer interessieren können.



MICHAEL HUBER arbeitet seit mehr als zehn Jahren in der Finanzindustrie und ist aktuell für einen großen internationalen Asset-Manager im ETF-Bereich tätig. Er startete seine Karriere im Private-Wealth-Management einer amerikanischen Investmentbank.



EINZIGARTIGE EINBLICKE IN DAS LEBEN UND DENKEN EINES AUSSERGEWÖHNLICHEN INVESTORS



LOWE, JANET

Damn Right: Ein exklusiver Blick hinter die Kulissen von Berkshire Hathaway mit Charlie Munger

Mit einem Vorwort von Warren Buffett

27,00 € (D), 27,80 € (A)

ET: 24.01.2023

- Beantwortet die Frage: Wie tickt Warren Buffetts Partner?
- Janet Lowe ist berühmt für ihre sorgfältigen und reichhaltigen Biografien

Warren Buffett ist in aller Munde, wenn es um außerordentlich erfolgreiche Investoren geht – sein wichtigster Partner bei Berkshire Hathaway hält sich dagegen eher im Hintergrund.

Der erfahrenen Finanz-Autorin und Journalistin Janet Lowe ist es jedoch gelungen, Charlie Munger sowie Kollegen und Familienmitglieder für eine Reihe von Interviews zu gewinnen. In »Damn Right« bietet sie dem Leser tiefe Einblicke in das berufliche und private Leben des Milliardärs. Lowe geht allen drängenden Fragen auf den Grund: Wie denkt und handelt ein Star-Investor? Wie ist das Verhältnis zwischen Munger und Buffett? Wie gelang es Munger, schon vor dem Zusammentreffen mit Buffett ein außergewöhnliches Vermögen aufzubauen, und wie ging es nach der Gründung von Berkshire Hathaway weiter?

380 Seiten, 14,5 × 21,5 cm | Hardcover ISBN 978-3-95972-647-4 | Warengruppe 1971 JANET LOWE ist eine Autorität auf dem Gebiet der Wertanlagetheorie, neben ihrer mehrfach ausgezeichneten Tätigkeit als Autorin und Journalistin hält sie regelmäßig Vorträge und leitet Investitionsseminare. Besonders bekannt sind ihre Biografien über amerikanische Führungspersönlichkeiten. Lowes freiberufliche Artikel sind in mehr als 100 Publikationen erschienen, darunter etwa »Newsweek«, »Los Angeles Times« und »Dallas Morning News«. Lowe wuchs in Kalifornien und Nevada auf. Sie studierte in Las Vegas und San Diego Business and Economics sowie Massenkommunikation und absolvierte ein Stipendium der Wharton Business School.



GELD SPAREN KANN JEDER – EINE LEICHT VERSTÄNDLICHE ANLEITUNG



MAGGIULLI, NICK

Just keep buying

Der einfache Weg Geld zu sparen und ein Vermögen aufzubauen

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 21.03.2023

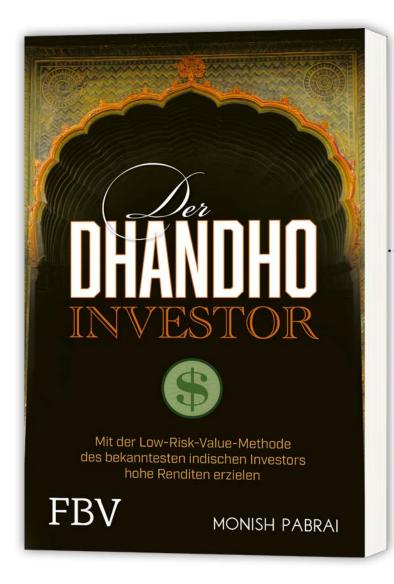
- Eine Investmenttheorie, die auf Daten und Beweisen beruht
- Nick Maggiulli ist ein erfolgreicher Finanzblogger

Wenn es um das eigene Geld geht, stellen sich viele Fragen: Wie kann man am effektivsten sparen? Wie hält man das Risiko beim Investieren gering? Wie geht man verantwortungsvoll mit seinem Geld um? Leider beruhen viele Antworten der Finanzindustrie auf Überzeugungen und Vermutungen und nicht auf Daten und Beweisen – bis jetzt. In »Just keep buying« rechnet der beliebte Finanzblogger Nick Maggiulli die wichtigsten Fragen zu persönlichen Finanzen und Investitionen durch und zeigt bewährte Wege auf, um sofort mit dem Aufbau eines Vermögen zu beginnen.

NICK MAGGIULLI ist Chief Operating Officer und Data Scientist bei Ritholtz Wealth Management, wo er die Abläufe im gesamten Unternehmen überwacht und Einblicke in die Business Intelligence gewährt. Er ist außerdem Autor von »OfDollarsAndData.com«, einem Blog, der sich mit der Schnittstelle von Daten und persönlichen Finanzen beschäftigt. Über seine Arbeit wurde bereits im »Wall Street Journal«, auf CNBC und in der »Los Angeles Times« berichtet. Herr Maggiulli hat an der Stanford University einen Abschluss in Wirtschaftswissenschaften gemacht und wohnt derzeit in New York City.



EINE AUSSERGEWÖHNLICHE KOMBINATION AUS VALUE INVESTING UND DEN WEISHEITEN DER ERFOLGREICHSTEN INDISCHEN HÄNDLER



PABRAI, MOHNISH

Der Dhando-Investor

Mit der Low-Risk-Value-Methode des bekannten indischen Investors hohe Renditen erzielen

18,00 € (D), 18,60 € (A)

ET: 21.02.2023

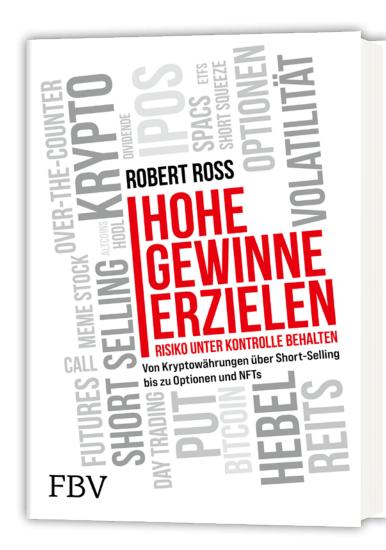
- Der Autor ist einer der erfolgreichsten Fondsmanager im Geiste Warren Buffetts
- Mit geringem Risiko hohe Renditen erzielen

In »Der Dhandho-Investor« legt Mohnish Pabrai auf unkomplizierte und unterhaltsame Weise die Grundlagen des erfolgreichen Value Investing dar. Die Dhandho-Methode erweitert die bahnbrechenden Prinzipien des Value Investing von Benjamin Graham, Warren Buffett und Charlie Munger um die Weisheiten und Erfahrungen der erfolgreichsten indischen Händler und Geschäftsleute. Die Leser werden in wichtige und leicht zugängliche Value-Investing-Konzepte eingeführt und lernen ganz praktisch, über die Anwendung der Kelly-Formel in unterbewertete Aktien zu investieren. Jeder Anleger, der sich das Konzept des Dhando-Investors zu eigen macht, hat die einmalige Chance einer beträchtlichen Steigerung seiner Fähigkeit, die Märkte zu durchschauen und Erfolge einzufahren.

MOHNISH PABRAI, geboren 1964 in Mumbai, ist ein Unternehmer, Fondsmanager und Autor. Im Jahr 1991 gründete er das IT-Beratungsunternehmen TransTech, Inc., welches er im Jahr 2000 für 20 Millionen US-Dollar verkaufte. Seither ist er mit außerordentlichem Erfolg als Fondsmanager tätig. Von 2000 bis 2013 erwirtschaftete sein Fonds den Anlegern einen Gewinn von 517 Prozent. Der S&P 500 stieg in derselben Zeit nur um 43 Prozent. Pabrai gründete im Jahr 2005 zusammen mit seiner Ehefrau die Dakshana-Stiftung, die sich für die Bildung sozial schwacher Menschen in Indien einsetzt. Jährlich fließen 2 Prozent seines Vermögens in diese Stiftung.



OPTIONEN, KRYPTOWÄHRUNGEN, MEME-AKTIEN ODER NFTS – WENN SCHON, DANN ABER BITTE RICHTIG



ROSS, ROBERT

Hohe Gewinne erzielen – Risiko unter Kontrolle behalten

Von Kryptowährungen über Short-Selling bis zu Optionen und NFTs

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 25.04.2023

- Eine umfassende Einführung in eine Vielzahl von Finanzprodukten abseits von Aktien und ETFs
- Für Anleger, die einen Fokus auf kurzfristigen Erfolg legen möchten
- Trading mit volatilen
 Finanzprodukten wird dank
 Smartbrokern immer beliebter

Das Internet ist voll von Geschichten über Menschen, die mit den neuesten Anlagetrends in kürzester Zeit ein Vermögen gemacht haben. Doch wie funktioniert das und wie verhindert man, dass man am Ende mit leeren Händen dasteht? Wer statt langfristiger Altersvorsorge lieber versuchen möchte, schnelle Gewinne zu erzielen, hat die Qual der Wahl. Ob Optionen, Kryptowährungen, Meme-Aktien oder NFTs – die Zahl der Finanzprodukte ist für den Einsteiger unüberschaubar. Robert Ross stellt die wichtigsten und aktuellsten Finanzprodukte vor und erklärt lohnende Investitionsstrategien und das zugehörige Risiko-Management. So lernt der Leser, anhand der wichtigsten Schlagworte die aktuellen Trends zu verstehen.

ROBERT ROSS begann seine Karriere beim Investment-Research-Unternehmen Mauldin Economics und stieg schnell zum jüngsten Chefanalysten der Branche auf. Heute wenden sich jeden Monat mehr als eine Million Anleger an Ross, um seine Meinung zu Investitionen, Wirtschaft und persönlichen Finanzen zu erfahren. Mit seinen Social-Media-Followern auf TikTok, Instagram und Patreon und seinen Profilen in »Time«, »Business Insider«, »MarketWatch« und »Daily Mail« nutzt Ross seine Reichweite, um Menschen aller Altersgruppen fundierte Investitionsgewohnheiten zu vermitteln.



50 JAHRE NACH DER LETZTEN MONDMISSION ERKLÄRT DIESES BUCH, WARUM WIR ZURÜCKKEHREN UND WELCHE HERAUSFORDERUNGEN UNS ERWARTEN



SILK, JOSEPH

Zurück zum Mond

Der nächste große Schritt für die Menschheit

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 23.05.2023

- Ein fesselnder Bericht über die längerfristige Rolle, die der Mond für unser Verständnis des Universums spielen könnte
- Schwarze Löcher, die Entstehung des Universums, außerirdisches Leben – drei große Fragen der Kosmologie und welche Rolle der Mond dabei spielt
- Der mehrfach ausgezeichnete Astrophysiker erklärt die großen Fragen der Kosmologie

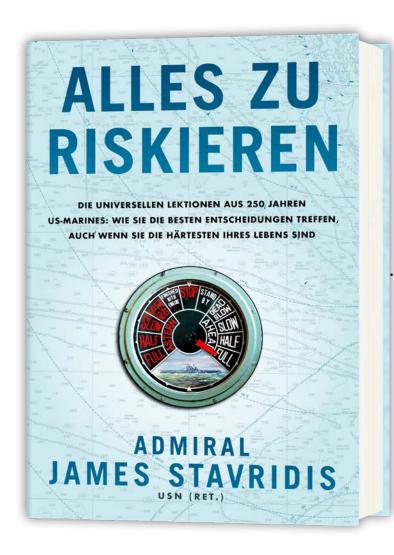
Gerade einmal ein halbes Jahrhundert nachdem Neil Armstrong zum ersten Mal die Mondoberfläche betreten hat, entbrennt in diesen Tagen ein neuer Wettlauf zum Mond.

Der Astrophysiker Joseph Silk entwirft in »Zurück zum Mond« eine Vision für die nächsten 50 Jahre und zeigt, dass der Mond Möglichkeiten bietet, die unsere kühnsten Vorstellungen übertreffen. Die NASA will eine bewohnbare Raumstation in der Umlaufbahn errichten, um die Entwicklung und Erforschung des Mondes zu koordinieren, während europäische und chinesische Raumfahrtbehörden Monddörfer und den Abbau wertvoller Ressourcen planen, die auf der Erde knapp werden.



JOSEPH SILK ist Bloomberg-Forschungsprofessor an der Johns Hopkins University und Forscher am Institut für Astrophysik in Paris und am Beecroft Institute for Particle Astrophysics and Cosmology an der Universität Oxford. Zu seinen zahlreichen Büchern gehören »The Big Bang«, »The Infinite Cosmos: Questions from the Frontiers of Cosmology« und »On the Shores of the Unknown: A Short History of the Universe«. Er lebt in Paris.

VON EINEM DER HÖCHSTDEKORIERTEN ADMIRÄLE UNSERER ZEIT: DIE UNIVERSELLEN LEKTIONEN AUS 250 JAHREN US-MARINES



STAVRIDIS, JAMES

Alles zu riskieren

Die universellen Lektionen aus 250 Jahren US-Marines: wie Sie die besten Entscheidungen treffen, auch wenn Sie die härtesten ihres Lebens sind 25,00 € (D), 25,80 € (A)

25,00 C (D), 25,00 C (A

ET: 21.03.2023

 James Stavridis ist einer der höchstdekorierten Admiräle unserer Zeit

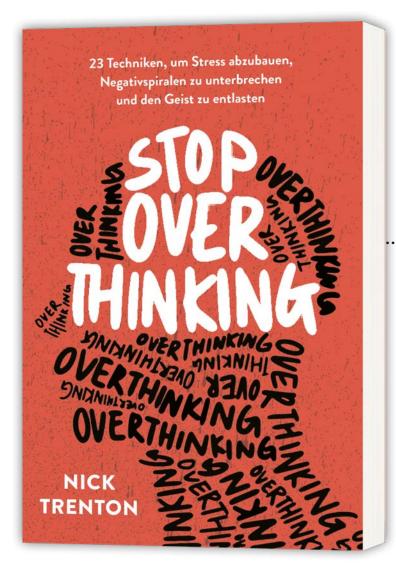
Das Herzstück von Admiral James Stavridis' Ausbildung zum Marineoffizier war die Vorbereitung auf die Führung von Matrosen im Gefecht. In diesem Buch stellt er neun der nützlichsten und spannendsten Geschichten von berühmten Führungsakten in der Schlacht aus der fast 250-jährigen Geschichte der US-Marine vor und leitet daraus eine Reihe von Erkenntnissen ab, die wir alle nutzen können, wenn wir vor schicksalhafte Entscheidungen gestellt werden. »Alles zu riskieren« ist voll von spannenden und heldenhaften Heldentaten, aber es ist alles andere als eine seichte Übung in Mythenpflege. Jede Führungspersönlichkeit in diesem Buch hat echte Schwächen – wie wir alle –, und die Geschichten des Scheiterns sind genauso wichtig wie die Geschichten des Erfolgs.

384 Seiten, 14,5 × 21,5 cm | Hardcover ISBN 978-3-95972-663-4 | Warengruppe 1973



JAMES STAVRIDIS war Admiral der U.S. Navy und militärstrategischer Oberbefehlshaber des Bündnisses für Operationen der NATO. Er lebte als Kind einige Jahre in Deutschland. Er studierte an der Fletcher School of Law and Diplomacy, wo er auch mehr als fünf Jahre als Dekan tätig war. Laut »New York Times« war er im Stab der Präsidentschaftskandidatin Hillary Clinton als Vizepräsident im Gespräch.

SORGENFREI LEBEN DURCH ÜBERWINDUNG NEGATIVER DENKMUSTER



TRENTON, NICK; BAYER, MARTIN

Stop Overthinking

23 Techniken, um Stress abzubauen, Negativspiralen zu unterbrechen und den Geist zu entlasten

18,00 € (D), 18,60 € (A)

ET: 21.02.2023

- Wie man sich auf das Wesentliche konzentriert und damit erfolgreicher wird
- Die besten Methoden des Anti-Stress-Management

In der heutigen, durch Reizüberflutung und Überstimulation geprägten Welt leben viele Menschen in einem selbst verursachten mentalen Gefängnis: Sie stecken in unendlichen negativen Gedankenschleifen fest und machen sich damit das Leben im Alltag schwer. Dieses Buch erklärt, was im Gehirn vorgeht, wenn es zu solchen erschöpfenden Denkmustern kommt, wie man sich der Auslöser dafür bewusst wird und wie man diese Negativspiralen beenden kann. Der renommierte Autor Nick Trenton liefert detaillierte und bewährte Techniken, die helfen, das Gehirn neu zu verdrahten, Gedanken zu kontrollieren und mentale Gewohnheiten zu ändern. Er zeigt, wie man seine inneren Ängste erkennt, Stressattacken überwindet und den Fokus auf Entspannung legen kann.



NICK TRENTON wuchs im ländlichen Illinois auf und verließ die Farm, um Wirtschaftswissenschaften und Verhaltenspsychologie zu studieren. Er sagt gerne, dass er ein professioneller Experte für eines seiner Lieblingshobbys geworden ist: Menschenbeobachtung. Er ist ein ausgezeichneter Skifahrer und träumt davon, die Welt zu bereisen und eine Kochsendung wie Anthony Bourdain zu moderieren. Aber die meiste Zeit verbringt er in Chicago.

 $\label{eq:224 Seiten, 13,5 x 21,0 cm | Softcover} \\ \textbf{ISBN 978-3-95972-635-1} \mid \text{Warengruppe 1933} \\$



EIN MUST-HAVE FÜR ALLE MITTELALTER-FANS: ANSCHAULICHER EINBLICK IN DEN ALLTAG DER MÖNCHE



CYBULSKIE, DANIÈLE; ZETTNER, MARIA

Leben wie ein Mönch

Wie Sie die Weisheit des Mittelalters für Ihren Alltag nutzen

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 21.02.2023

- Wie klösterliche Praktiken uns zu einem erfüllteren Leben inspirieren können
- Attraktives Layout mit vielen witzigen Illustrationen

Wir wissen, dass sie beteten, sangen und lange Gewänder trugen – aber wie sah der Alltag der Mönche im Mittelalter wirklich aus? Obwohl das klösterliche Leben uns aus heutiger Sicht hart, asketisch und streng erscheinen mag, wird es doch von Grundsätzen geprägt, die sehr attraktiv sind: der Suche nach innerem Gleichgewicht und Frieden sowie äußerer Ordnung und Einfachheit. Dieses Buch beleuchtet den Alltag des mittelalterlichen europäischen Mönchtums und zeigt, wie man die Grundsätze des klösterlichen Lebens auf das eigene Leben anwenden kann. Die Mediävistin Danièle Cybulskie beschreibt in jedem Kapitel sehr anschaulich einzelne Aspekte des Mönchtums und zeigt dann die nützlichen Anwendungen für die heutige Zeit auf, wie beispielsweise eine gesunde Ernährung, das Schaffen von Routinen, Gartenarbeit und die Hilfe für andere. Dabei wird klar, dass die Mönche einerseits ihre spirituelle Berufung sehr ernst nahmen, andererseits aber auch ganz bodenständig waren: Sie stellten Bier und Wein her, hielten Bienen und schrieben sogar Beschwerden über Kälte in die Manuskripte, die sie kopierten. Das Lesevergnügen wird verstärkt durch die wunderbaren Illustrationen von Anna Lobanova. Das Buch richtet sich an alle, die sich für das Mittelalter interessieren und sich davon zu einem erfüllteren Leben inspirieren lassen wollen.

320 Seiten, 12,5 × 18,7 cm | Hardcover | 2-farbig ISBN 978-3-95972-633-7 | Warengruppe 1945



VOM WELTVERBESSERER BIS ZUM STREITHAMMEL: SO GEHT MAN AM BESTEN MIT NERVENSÄGEN UM



ALBERT, ATTILA

Sorry, ihr nervt mich jetzt alle!

Mit Nervensägen im Job umgehen, ohne selbst den Verstand zu verlieren

16,00 € (D), 16,50 € (A)

ET: 21.02.2023

- Mit vielen praktischen Tipps und Strategien für alle Notfälle und Typen
- Der Weg zu mehr Ruhe und Gelassenheit in Alltag und Beruf

Wie man mit Nervensägen in seinem Umfeld fertigwird und sich gegen sie wehren kann, zeigt Attila Albert in seinem neuen Buch. Die neue Generation der Nervensägen ist besserwisserisch, hochmoralisch und eigentlich total egoistisch: Jeder und jede pflegt seine oder ihre Neurosen, hält sich für hoch informiert, hochbegabt und hochsensibel gleichzeitig. Das birgt insbesondere im Berufsalltag ein hohes Konfliktpotenzial. Da stellt sich die Frage: Wie geht man am besten mit ihnen um? Attila Albert zeigt humorvoll und lebensnah, wie Sie mit den Nervern im beruflichen Umfeld umgehen und trotzdem Ihre Arbeit schaffen. Vom Jammerlappen über den Streithammel bis hin zum Weltverbesserer werden sieben Typen ausführlich beschrieben.



ATTILA ALBERT, geboren 1972, ist Kommunikationsexperte, Coach und Autor. Mit 17 begann er als Reporter zu arbeiten, schrieb seitdem für Medien im In- und Ausland und ist bis heute als Kolumnist tätig. Er studierte Betriebswirtschaft, Webentwicklung und absolvierte eine Coaching-Ausbildung in den USA. Für einen Schweizer Industriekonzern betreute er die globale Marketing-Kommunikation. Er lebt seit 2013 in Zürich.

 $\label{eq:224 Seiten, 13,5 x 21,5 cm | Softcover} \\ \textbf{ISBN 978-3-86881-914-4} \mid \text{Warengruppe 1497} \\$



DER #1-»WALLSTREET JOURNAL«-BESTSELLER NUN ENDLICH AUCH AUF DEUTSCH



BET-DAVID, PATRICK

Die nächsten fünf Schritte

Die Kunst der Unternehmensstrategie

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 20.06.2023

- Ein praktischer und effektiver Leitfaden, mit dem man selbst die kühnsten Ziele erreicht
- Warum Unternehmer vom Blick in die Zukunft profitieren

Patrick Bet-David weiß, warum Unternehmer mit Weitblick jede Herausforderung meistern, und zeigt, wie jeder lernen kann, die richtigen fünf Züge vorherzusehen.

Schachgroßmeister und erfolgreiche Unternehmer haben zumindest eins gemein: Sie verfügen über Weitblick und wissen, was als Nächstes zu tun ist. Die Welt verändert sich schnell und gerade Unternehmer müssen wissen, welche fünf Züge als Nächstes zu spielen sind, um ihren Betrieb nicht an die Wand zu fahren. Der erfolgreiche CEO Patrick Bet-David zeigt, wie man erkennt, was als Nächstes zu tun ist. Er überträgt diese Fähigkeit in eine neue Methodik und kombiniert diese Prinzipien mit Erkenntnissen aus seiner Führungskräfte-Praxis.



PATRICK BET-DAVID flüchtete einst aus dem Iran, diente zunächst einige Jahre in der US-Armee und gründete 2009 die Versicherungsgesellschaft PHP Agency, eines der am schnellsten wachsenden Unternehmen auf dem Finanzmarkt. Er betreibt den YouTube-Kanal »Valuetainment«, der die Grundlagen des Unternehmertums vermitteln soll. Seine Inhalte in den sozialen Medien wurden bereits über eine Milliarde Mal geklickt.

DIE PFLICHTLEKTÜRE FÜR ALLE GRÜNDER VOM US-BESTSELLERAUTOR UND GRÜNDUNGSPROFI SAHIL LAVINGIA



LAVINGIA, SAHIL

Minimalistisch gründen

Wie Unternehmer heute mit weniger mehr erreichen

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 24.01.2023

- Wie man heute gründet effektiv und mit möglichst geringem Aufwand
- Viele Tipps und Lektionen aus der Praxis

Ein revolutionärer Strategieplan für den Aufbau von Startups, die es weit bringen können. Heutzutage braucht man
kein schickes Bürogebäude oder ein immenses Budget an
Risikokapital, um ein Unternehmen zu gründen. Das Internet,
die entsprechende Software und mobiles Arbeiten haben
es ermöglicht, nahezu kostenlos zu gründen, aus einer
Community Kunden zu machen und von überall aus ein
rentables, nachhaltiges Unternehmen aufzubauen, das über
unkomplizierte und kurze Kommunikationswege schnelle
Verkäufe generiert. Vollgepackt mit kampferprobten Lektionen
seines eigenen Wegs zum erfolgreichen Unternehmen zeigt
Lavingias »The Minimalist Entrepreneur«, wie man mit geringem
Aufwand ein tragfähiges Unternehmen gründet und führt.



SAHIL LAVINGIA ist der Gründer von Gumroad, einer Online-Plattform, die es Kreativen ermöglicht, ihre Produkte direkt an die Kunden zu verkaufen. Bei der Gründung dieses Unternehmens im Jahr 2011 war er 19 Jahre alt und arbeitete zuvor als Designer bei Pinterest und Turntable. fm. Neben seiner CEO-Tätigkeit ist er Investor, Maler und Schriftsteller.

 $304 \ \, \text{Seiten, } 14,5 \times 21,5 \ \, \text{cm} \ \, | \ \, \text{Softcover}$ $\, \text{ISBN 978-3-86881-899-4} \ \, | \ \, \text{Warengruppe } 1975$



DER AUTOR DES ERFOLGSPODCASTS VERRÄT DIE SIEBEN PRINZIPIEN ERFOLGREICHER VERHANDLUNGEN

VERHANDELN
IST
[K]EIN
KINDERSPIEL

Sieben Prinzipien, mit denen Sie alle Verhandlungen erfolgreich abschließen MATHIER, FRÉDÉRIC

Verhandeln ist (k)ein Kinderspiel

Sieben Prinzipien, mit denen Sie alle Verhandlungen erfolgreich abschließen

18,00 € (D), 18,60 € (A)

ET: 21.03.2023

- Was gerade Führungskräfte von Kindern über Verhandlungen lernen können
- Praxisnah, lebendig und aus dem Alltag

Verhandeln ist oft nicht leicht – lohnt sich jedoch immer. Was wir da unter anderem von Kindern lernen können, erklärt Verhandlungsprofi Frédéric Mathier. Wir verhandeln tagtäglich und mit nahezu jedem und jeder – mit Kolleg*innen die Urlaubsvertretung, mit Mitbewohner*innen den Putzplan, das Gehalt mit den Vorgesetzten oder die Essenswünsche mit den Kindern. Gerade diese sind ein besonderes Kapitel für sich: Sie sind von Haus aus intuitive Verhandlungsprofis. Frédéric Mathier verrät, was wir von ihnen lernen können, und stellt die effektivsten Verhandlungstechniken und -taktiken vor, die sich kinderleicht auf jede Lage anwenden lassen. Daneben lässt er Situationen aus seiner eigenen Erfahrung einfließen und verweist auf klassische Fehler, die es zu vermeiden gilt.

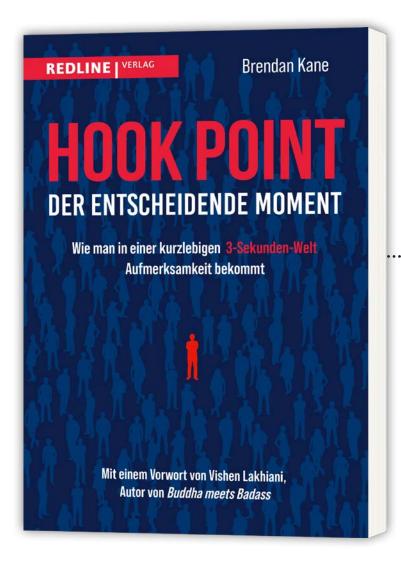


FRÉDÉRIC MATHIER konnte seine Verhandlungsfähigkeiten in über einem Jahrzehnt als Einkaufsleiter und Strategischer Einkäufer perfektionieren. Der ausgebildete Wirtschaftsingenieur doziert seit vielen Jahren und ist als Ausbilder im Bereich Supply Chain Management, Leadership und Verhandlungsführung tätig. In seinem Nr.-1- Podcast »Erfolgreich verhandeln« teilt Mathier seine Verhandlungstipps mit Unternehmer*innen, Fach- und Führungskräften.

 $\label{eq:224 Seiten, 13,5 x 21,5 cm | Softcover} \\ \textbf{ISBN 978-3-86881-925-0} \mid \text{Warengruppe 1974} \\$



DAS NEUE BUCH VOM BESTSELLERAUTOR VON »ONE MILLION FOLLOWER«



KANE, BRENDAN

Hook Point – der entscheidende Moment

Wie man in einer kurzlebigen 3-Sekunden-Welt Aufmerksamkeit bekommt

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 25.04.2023

- Wie man andere auf einen Blick von seinem Unternehmen, seinen Produkten und Dienstleistungen überzeugt
- Sichtbar werden in einer unübersichtlichen Welt

Die effektivsten Strategien, um auch in der heutigen hektischen Welt der Mikro-Aufmerksamkeit im Gedächtnis der Kunden zu bleiben. Laut Studien haben Unternehmen und Marken heute weniger als drei Sekunden Zeit, um die Aufmerksamkeit potenzieller Kunden zu gewinnen. Wen wundert's, nachdem täglich 4000 bis 10.000 Anzeigen geschalten und Milliarden Nachrichten über soziale Medien ausgetauscht werden. Deshalb muss man sein Publikum heute – online wie offline – schnell und effizient fesseln, wenn man als Marke oder Unternehmen wahrgenommen werden, sein Unternehmen voranbringen und mehr Umsatz erreichen möchte. Wie das geht, zeigt Social-Media-Experte Brendan Kane.



BRENDAN KANE leistete Pionierarbeit bei der ersten Influencer-Kampagne für Lakeshore Entertainment. Anschließend entwickelte er Anwendungen und Plattformen für viele prominente Kunden wie Taylor Swift, Rihanna oder Adrianna Lima. In Zusammenarbeit mit MTV konzipierte er eine Werbetechnologie, die von Sony, Yahoo u. a. genutzt wird. Er war zudem Vizepräsident für Digitales bei Paramount Pictures. Kane ist vor allem dafür bekannt. dass er in weniger als 30 Tagen eine Million Follower in über 100 Ländern generiert hat.

 $\label{eq:272} \mbox{ 272 Seiten, } \mbox{14,5} \times \mbox{21,5} \mbox{ cm} \mbox{ } \mbox{| Softcover} \\ \mbox{ISBN 978-3-86881-922-9} \mbox{ } \mbox{| Warengruppe 1975} \\ \mbox{| Warengruppe 1975}$



DAS EFFEKTIVE VERHALTENSMODELL DES INTERNATIONALEN BESTSELLERAUTORS THOMAS ERIKSON – JETZT AUCH FÜR DEN JOB



ERIKSON, THOMAS

Schlechte Chefs und faule Kollegen

Wie du mit Idioten am Arbeitsplatz am besten klarkommst

18,00 ∈ (D), 18,60 ∈ (A)

ET: 21.03.2023

- Große Zielgruppe: Rund
 40 Millionen Menschen in
 Deutschland sind Arbeitnehmer
 und kennen die Probleme mit
 Vorgesetzten und Kollegen
- Lehrreich und unterhaltsam zugleich: Thomas Eriksons unverkennbarer Stil mit viel Witz und Know-how
- Weltweit bekannter
 Verhaltensexperte

Unangemessene Erwartungen des Chefs, Kollegen, die nichts auf die Reihe bekommen, oder das Tragen großer Verantwortung, ohne dabei Autorität zu haben – die Herausforderungen, denen sich täglich Millionen von Menschen an ihrem Arbeitsplatz ausgesetzt sehen, sind vielfältig. Der erfahrene Verhaltensforscher und Bestsellerautor Thomas Erikson zeigt anhand seines bekannten Vier-Farben-Systems, wie man diese am besten meistert. Dabei erklärt er nicht nur, wie man das Verhalten seines Chefs und seiner Kollegen durchschauen und ändern kann, sondern gibt auch hilfreiche Anreize zur Selbstreflexion, um sich einen harmonischeren und produktiveren Arbeitsplatz zu schaffen.



THOMAS ERIKSON ist ein populärer Psychologieautor und Verhaltensund Kommunikationsexperte. Er arbeitet seit vielen Jahren mit den in seinen Büchern beschriebenen Tools und hat damit schon Tausende von Personen analysiert. Erikson leitet ein Beratungsunternehmen mit Schwerpunkt auf Verhaltensänderungen in verschiedenen Arten von Organisationen und coacht jedes Jahr eine Reihe von Führungskräften in der schwedischen Geschäftswelt.



WIE UNTERNEHMER LERNEN, ENDLICH LOSZULASSEN UND IHREN MITARBEITERN ZU VERTRAUEN – ZUM WOHLE ALLER



DR. GEROPP, BERND

Ist die Katze aus dem Haus

••

So arbeiten Ihre Mitarbeiter eigenverantwortlich und selbstständig

25,00 € (D), 25,80 € (A)

ET: 23.05.2023

- Mehr Vertrauen, weniger Stress
 mehr Zeit und Freiräume für Führungskräfte
- Ein praktischer Ratgeber, gerade in Zeiten von New Work, Homeoffice und mobilem Arbeiten

Wie Unternehmer lernen, ihren Mitarbeitern mehr zu vertrauen, zeigt Bernd Geropp in dieser Neuauflage seines Management-Klassikers. Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser – ein Credo, das gerade in Zeiten von New Work und Homeoffice die Arbeitsweise vieler Unternehmenslenker prägt. Sie greifen zu stark ins operative Geschäft ein und trauen ihren Mitarbeitern viel zu wenig zu. In der Folge bleiben nicht nur die Mitarbeiter, sondern auch die Unternehmen weit hinter ihren Möglichkeiten zurück. Der erfahrene Unternehmensberater Bernd Geropp weiß, wie die richtige Balance zwischen Eigenverantwortung und Kontrolle in der Mitarbeiterführung aussehen sollte.



DR. BERND GEROPP hat jahrzehntelange Erfahrung als Manager von Unternehmen, die technische High-End-Produkte herstellen. Seit 2009 ist er selbstständiger Geschäftsführercoach und Unternehmensberater und betreibt einen viel beachteten Podcast zum Thema Führung. Er spricht die Sprache der Führungskräfte und kennt ihren Arbeitsalltag aus eigener Erfahrung. Geropp weiß, wie sehr Erfolg unter anderem vom Engagement der Mitarbeiter abhängt – und vom Vertrauen darin.

DAS NEUE BUCH DES BESTSELLERAUTORS VON INSGESAMT 100.000 VERKAUFTEN BÜCHERN



FABIAN, FRANK

Wie Hitler hätte verhindert werden können

Ein Gedankenspiel zu diesem und anderen Wendepunkten deutscher Geschichte

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 25.04.2023

- Schicksalszeiten, einmal faszinierend anders präsentiert
- Wie die deutsche Geschichte anders hätte verlaufen können – ein Gedankenspiel

Der Bestsellerautor Frank Fabian beschreibt in seinem neuen Buch, wie die deutsche Geschichte – mit anderen Entscheidungen zu bestimmten Zeitpunkten – auch ganz anders hätte verlaufen können. Wie hätte sich Deutschland entwickelt, wäre die Revolution 1848 anders verlaufen? Hätte die Machtergreifung Hitlers verhindert werden können, wenn sich die Siegermächte auf weniger harte Konditionen des Versailler Vertrags geeinigt hätten? Es gibt viele Schlüsselmomente der deutschen Geschichte, die die Gegenwart und das Selbstverständnis dieses Landes geprägt haben. Grund genug, sich einen Augenblick lang vorzustellen, es wäre möglich, diese Historie umzuschreiben.



FRANK FABIAN studierte Germanistik, Geschichte und Philosophie.
Der Bestsellerautor war u. a. als Fernsehjournalist beim ZDF tätig, arbeitete dort im Lektorat und berichtete für den Hessischen Rundfunk über viele Themen zur Tagespolitik des Landes. Fabian bekleidete außerdem die Funktion des Chefredakteurs in einem Wiesbadener Verlagshaus und baute zwei Zeitschriften auf. Von ihm erschien bereits »Geheime Verschlusssache« im Redline Verlag.

 $320 \; \text{Seiten}, \; 14.5 \times 21.5 \, \text{cm} \; \mid \; \text{Hardcover} \\ \text{ISBN 978-3-86881-930-4} \; \mid \; \text{Warengruppe 1940} \\$



WARUM ES SICH LOHNT, SOZIALE MEDIEN AKTIV ZU NUTZEN



BRÜCKNER, AARON

Auffällig gut

Social Media endlich aktiv und erfolgreich nutzen

18,00 ∈ (D), 18,60 ∈ (A)

ET: 25.04.2023

- Vom Zaungast zum Influencer und zur Social-Media-Marke in wenigen Schritten
- Als »Mr. Social Media« mit über 800.000 Followern auf TikTok

Fast alle sind auf Social-Media-Plattformen wie Instagram oder TikTok angemeldet, doch nur ein kleiner Bruchteil nutzt diese auch aktiv. Die meisten vergeben dadurch eine einfache Möglichkeit, sich, ihre Unternehmen, ihre Produkte und Dienstleistungen breit bekannt zu machen. Kaum jemand hat kein Smartphone oder keinen Account auf Instagram, Twitter und Co. – wir leben in einer Zeit, in der Social Media aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken sind. Doch nur die wenigsten Menschen wissen die Vorteile dieser digitalen Welt für sich oder ihr Business zu nutzen oder posten regelmäßig Content. »Mr. Social Media« Aaron Brückner weiß aus eigener Erfahrung, was es braucht, um erfolgreich in den sozialen Medien sichtbar zu sein.



DR. AARON BRÜCKNER modelte u. a. für Giorgio Armani, schrieb mit 24 Jahren sein erstes Fachbuch und gründete mit 26 seine Beratungsagentur Social Attention. Er coacht Selbstständige sowie Unternehmen wie Henkel, Lidl u. a. und informiert auf seinem »Andersmacher«-Podcast und als »Mr. Social Media« auf TikTok über all das, was im digitalen Morgen relevant sein wird.

DER »WALLSTREET JOURNAL«-BESTSELLER ERSTMALS IN DEUTSCHER ÜBERSETZUNG



DUKE, ANNIE

Thinking in bets — wie man immer die richtige Karte spielt

Kluge Entscheidungen treffen, selbst wenn man nicht alle Fakten kennt

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 24.01.2023

- Wie man sich mit Unsicherheiten anfreundet und so bessere Entscheidungen trifft
- Warum gute Entscheidungen nicht immer zu einem guten Ergebnis führen

Die Weltklasse-Pokerspielerin Annie Duke zeigt, wie Sie sich mit Unsicherheiten anfreunden und dadurch bessere Entscheidungen treffen können. Manchmal entscheidet der Zufall, manchmal Geschicklichkeit – das gilt nicht nur für den Erfolg beim Pokern, sondern auch im Leben: Die besten Entscheidungen führen nicht immer zum besten Ergebnis, denn es gibt immer ein Element des Glücks, das man nicht kontrollieren, und Informationen, die man nicht wissen kann. Möchte man also langfristig erfolgreich sein, so muss man auf Wahrscheinlichkeiten wetten, um so die Lage besser einordnen zu können und voreilige Schlüsse zu vermeiden – sprich: in Wetten denken.



ANNIE DUKE ist professionelle Pokerspielerin, Rednerin, Entscheidungsstrategin und Buchautorin. Sie ging 2004 nicht nur im Tournament of Champions als Gewinnerin hervor, sondern gewann 2010 als erste Frau die NBC National Poker Heads-Up Championship.

DER BESTSELLER DES MOTIVATIONSGURUS NUN AUF DEUTSCH



ZIGLAR ZIG

Alle Ziele erreichen

Wie man in neun Schritten alle Vorhaben erfolgreich umsetzt

18,00 € (D), 18,60 € (A)

ET: 21.02.2023

- Warum es so wichtig ist, sich die richtigen Ziele zu setzen
- Die besten Strategien, um diese Ziele zu erreichen

Zig Ziglar zeigt in diesem Buch, wie man Ziele setzt – und auch erreicht. Viele Menschen streben nach mehr und wollen das Beste aus ihrem Leben machen – doch 90 Prozent verharren aus Angst, Unwissenheit oder zu wenig Selbstvertrauen im Stillstand. Was bleibt, ist oft ein Gefühl der Unzufriedenheit. Das zeigt einmal mehr, wie wichtig es ist, sich Ziele zu setzen – ganz gleich, ob privater oder beruflicher Natur –, denn erreichen kann man schließlich nur, was man sich auch vornimmt. In diesem Buch zeigt der Motivationsguru Zig Ziglar, wie man sich die richtigen Ziele setzt, und liefert zugleich seine einzigartige Strategie, um mit Rückschlägen fertigzuwerden, diszipliniert am Ball zu bleiben und seinen Zielen so Tag für Tag ein wenig näher zu kommen.

ZIGLAR ZIG war Verkaufsprofi, weltbekannter Motivationsredner und Autor von mehr als 30 Büchern, davon über neun Bestseller. Sein einzigartiger Vortragsstil und seine wegweisenden Motivationsstrategien bescherten ihm zu Lebzeiten viele Auszeichnungen. Noch heute gilt Ziglar als eine der vielseitigsten Autoritäten auf dem Gebiet des Motivationstrainings und der klassischen Verkäuferschulung.



TAUSENDE VERKAUFTE EXEMPLARE VON HOLGER FISCHER IM REDLINE VERLAG



FISCHER, HOLGER

Ihr bester Coach sind Sie!

Wie Sie Ihre Gesundheit, Ihr Glück und Ihren Erfolg selbst in die Hand nehmen

17,00 € (D), 17,50 € (A)

ET: 21.02.2023

- Aus der Praxis von Menschen für Menschen
- Mit vielen Übungseinheiten zu mehr Selbstvertrauen und Erfolg

Wie jeder Mensch seine Fähigkeiten selbst erweitern kann, zeigt Sport-Coach und Mentaltrainer Holger Fischer in seinem überarbeiteten Bestseller. Derzeit gibt es viele Krisen, die die Menschen im Kleinen und im Großen zu bewältigen haben. Dann kommt irgendwann der Punkt, an dem viele an ihren eigenen Fähigkeiten zu zweifeln beginnen und sich nicht mehr in der Lage fühlen, sich den Herausforderungen zu stellen. Holger Fischers oberstes Ziel ist es, das nötige Wissen bereitzustellen, um neue Räume für inneres Wachstum und die Ausgestaltung eines sinnerfüllten Lebens zu schaffen. Er zeigt Wege auf, wie ein festes Fundament für eine stabile Existenz geschaffen werden kann, um dadurch auf körperlicher, beruflicher und privater Ebene immense Erfolge zu erzielen.



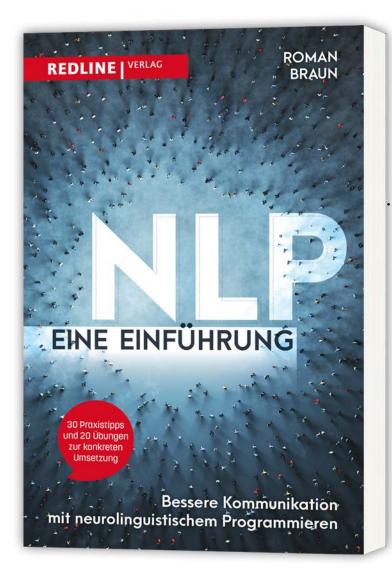
HOLGER FISCHER ist

Unternehmenscoach und einer der Top-Potenzialentfalter Deutschlands. Er war als Trainer für viele große Sportvereine tätig und wechselte später ins Sportcoaching. Er arbeitete bereits mit Profisportlern wie Angelique Kerber, Thomas Strunz, Jessica von Bredow-Werndl u. v. m. Im Redline Verlag ist von ihm auch »Karrierekiller ... und wie man sie effektiv vermeidet« erschienen.

 $\label{eq:224 Seiten, 14,5 x 21,5 cm | Softcover} \\ \textbf{ISBN 978-3-86881-918-2} \mid \text{Warengruppe 1481} \\$



ERFOLGREICHERE KOMMUNIKATION MIT NEUROLINGUISTISCHEM PROGRAMMIEREN



BRAUN, ROMAN

NLP - Eine Einführung

Kommunikation als Führungsinstrument

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 24.01.2023

- Wissen, wie man am besten mit dem Gegenüber kommuniziert
- Die aktualisierte und erweiterte Neuauflage des NLP-Klassikers

Unsere Fähigkeit zur Kommunikation beeinflusst unser gesamtes Leben, ob auf beruflicher oder privater Ebene.

Vorteile hat dabei, wer versteht, wie und warum andere so denken, wie sie es tun – und diese daher besser erreicht. Wie man seine Kommunikation mithilfe des neurolinguistischen Programmierens verbessern kann, zeigt Roman Braun in diesem NLP-Klassiker. Er liefert sowohl Grundkenntnisse als auch vertiefendes Know-how und konkrete Praxistipps, anschauliche Beispiele und Übungen zur direkten Umsetzung. Sein Buch bietet einen Einstieg in NLP und TRINERGY®, ein von ihm entwickeltes Modell, das das Beste aus 100 Schulen der Kommunikation und Persönlichkeitsentwicklung zusammenführt.

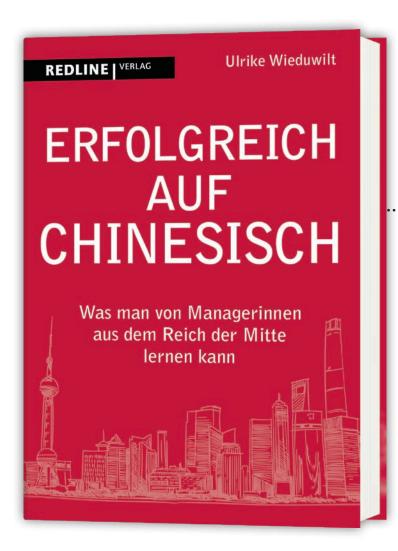


DR. ROMAN BRAUN verfügt über langjährige Erfahrung als Rhetorik-Trainer, Mental-Coach und Berater in Wirtschaft und Sport. Er ist NLP-Master-Trainer und Mitglied des »American Board of Hypnotherapy«. Zu seinen Kunden zählen neben Organisationen wie IBM, Philips, Beiersdorf, Agip, Mobil, Opel und UNIDO auch Olympiasportler und Weltcupsieger. Von ihm ist unter anderem »Die Macht der Rhetorik« im Redline Verlag erschienen.

 $\label{eq:2.1} \begin{subarray}{l} 128 \ Seiten, 14,5 \times 21,5 \ cm \ | \ Softcover \\ \begin{subarray}{l} ISBN 978-3-86881-931-1 \ | \ Warengruppe 1933 \\ \end{subarray}$



CHINESISCHE BUSINESSFRAUEN VERRATEN IHRE ERFOLGSGEHEIMNISSE



WIEDUWILT, ULRIKE

Erfolgreich auf Chinesisch

Was man von Managerinnen aus dem Reich der Mitte lernen kann

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 21.03.2023

- Von fremden Kulturen und Erfolgen lernen
- Worauf es ankommt, um erfolgreich zu sein – mit Porträts chinesischer Managerinnen

Durch welche Fähigkeiten und Strategien sich chinesische Erfolgsfrauen auszeichnen, das verrät Ulrike Wieduwilt in diesem Buch. China hat sich in nur wenigen Jahrzehnten von einer Agrargesellschaft in das Industriezeitalter katapultiert und ringt mit den USA um die Vorherrschaft in der Welt. Diese Fakten sind bekannt. Doch welche Eigenschaften und Fähigkeiten bringen die Menschen in diesem Land mit, um es so erfolgreich zu machen? Was zeichnet sie besonders aus? Wieduwilt richtet ihr Augenmerk auf die Erfolgsfrauen, die aus dem Reich der Mitte stammen – mutige junge Frauen, die in den 80er- und 90er-Jahren sehr entschlossen jene Chancen nutzten und den Aufschwung der vergangenen Jahre maßgeblich mitgestaltet haben.



ULRIKE WIEDUWILT hat ihr Studium der Wirtschaftswissenschaften an der Uni Hamburg abgeschlossen. Ihre Karriere begann sie beim Nahrungsmittelhersteller Mars. Seit über 20 Jahren arbeitet sie schon für Russel Reynolds Associates, ein global tätiges Personalberatungsunternehmen, für welches sie Kandidaten für Toppositionen sucht. Heute leitet sie die Geschäfte für Südostasien von Singapur aus. Seit nunmehr über 30 Jahren reist sie regelmäßig nach China.

240 Seiten, $14.5 \times 21.5 \, \text{cm} \mid \text{Hardcover}$ ISBN 978-3-86881-915-1 | Warengruppe 1975



DER US-BESTSELLER ÜBER WISSENSMANAGEMENT ENDLICH AUCH AUF DEUTSCH



FORTE, TIAGO

Nutzen Sie Ihr zweites Gehirn

Eine bewährte Methode, sich im digitalen Zeitalter zu organisieren

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 25.04.2023

- Mehr Produktivität und weniger Stress durch besseres Wissensmanagement
- Wie man sein digitales Umfeld als zweites Gehirn nutzt

Produktivitätsexperte Tiago Forte zeigt, wie wir glücklicher und weniger gestresst werden, wenn wir uns ein digitales Wissensmanagement als zweites »Gehirn« zulegen. Nie war es so einfach, in Sekundenschnelle auf Informationen aus aller Welt zuzugreifen und sich neues Wissen anzueignen – dem Internet sei Dank! Dennoch fühlen wir uns von dieser anhaltenden Informationsflut zunehmend gestresst, nicht nur wegen der vielen Informationen, die unentwegt auf uns einprasseln, sondern, weil wir es nicht schaffen, jede davon aufzunehmen und uns zu merken. Viel leichter wird es jedoch, wenn wir unser digitales Leben strukturieren und ein ganz persönliches System des Wissensmanagements, ein sogenanntes Second Brain, erstellen.



TIAGO FORTE zählt zu den führenden Produktivitätsexperten weltweit und zeigte Tausenden von Menschen, wie zeitlose Prinzipien in Kombination mit neuen technologischen Errungenschaften die Effektivität befördern. Er arbeitete u. a. mit Toyota Motor Corporation und Genentech. Seine Publikationen erschienen bereits in der »New York Times«, dem »Harvard Business Review« u. a.

 $272 \ \, \text{Seiten}, \ \, 14,5 \times 21,5 \ \, \text{cm} \ \, \big| \ \, \text{Softcover} \\ \text{ISBN 978-3-86881-920-5} \ \, \big| \ \, \text{Warengruppe } 1973 \\$



VOM NO-NAME ZUM TOP-INFLUENCER MIT EINER MILLION FOLLOWERN IN NUR 30 TAGEN



KANE, BRENDAN

Eine Million Follower

Wie man in nur 30 Tagen seine Social-Media-Präsenz massiv erhöht

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 23.05.2023

- Wie man in den Social
 Media den Kampf um die
 Aufmerksamkeit gewinnt, zur
 Topmarke wird und sein Business
 beflügelt
- Mit bewährten Strategien, vielen Tipps und Interviews mit Experten

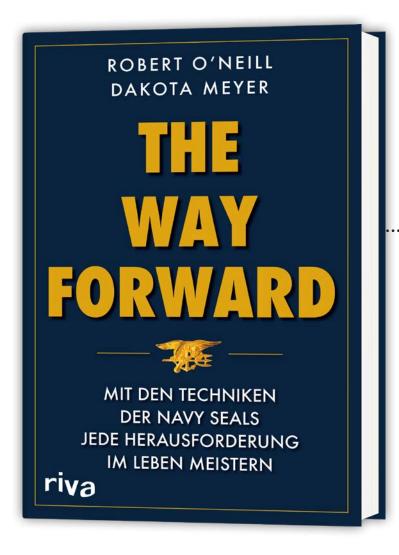
Vom No-Name zum Top-Influencer – wie man in kurzer Zeit zu einer riesigen Schar an Followern kommt. Jeden

Tag werden mehr als 60 Milliarden Online-Nachrichten auf digitalen Plattformen verschickt, aber nur wenige schaffen es, die gewünschte Aufmerksamkeit zu bekommen. Um hier aufzufallen, bedarf es einer entsprechenden Kommunikationsstrategie. Digitalstratege Brendan Kane weiß, wie das geht – und zwar in weniger als 30 Tagen. Er zeigt, wie von Anfang an eine authentische und vielfältige Online-Fangemeinde gewonnen wird, wie einzigartige Inhalte erstellt werden und wie eine multimediale Marke auf Plattformen wie Facebook, Instagram, YouTube und LinkedIn aufzubauen ist.



BRENDAN KANE leistete Pionierarbeit bei der ersten Influencer-Kampagne für Lakeshore Entertainment Anschließend entwickelte er Anwendungen und Plattformen für viele prominente Kunden wie Taylor Swift, Rihanna oder Adrianna Lima. In Zusammenarbeit mit MTV konzipierte er eine Werbetechnologie, die von Sony, Yahoo u. a. genutzt wird. Er war zudem Vizepräsident für Digitales bei Paramount Pictures. Kane ist vor allem dafür bekannt. dass er in weniger als 30 Tagen eine Million Follower in über 100 Ländern generiert hat.

SPEZIALEINHEITEN SIND EIN BELIEBTES THEMA: »AMERICAN SNIPER« UND »MACH DEIN BETT« HABEN SICH ÜBER 133.000 MAL VERKAUFT



O'NEILL, ROBERT; MEYER, DAKOTA

The Way Forward

Mit den Techniken der Navy SEALs jede Herausforderung im Leben meistern

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 25.04.2023

- Sei vorbereitet, jederzeit!
 Militärmemoir trifft auf (Über-)
 Lebensratgeber kompakt
 und für jede alltägliche
 Herausforderung
- Lernen von den Meistern:
 Robert O'Neill und Dakota
 Meyer wurden für die
 Dienste für ihr Land vielfach
 ausgezeichnet und sind US Bestsellerautoren

»The Way Forward« enthält das geballte Wissen der erfahrensten Elitetruppen der Welt – eines Ex-Navy-SEALs und eines Ex-Sergeants der US-Marine. Robert O'Neill und Dakota Meyer sprechen in diesem packenden Buch über ihre riskanten Einsätze in Afghanistan und im Irak und wie ihr unerschütterliches Mindset ihnen half, in Sekundenschnelle die richtigen Entscheidungen zu treffen, wenn es um Leben und Tod ging. Wie können diese Erkenntnisse helfen, auch in Stresssituationen des täglichen Lebens ruhig zu bleiben oder schwierige Lebensabschnitte zu bestehen? Auf welche Weise gelingt es einem Elitesoldaten, selbst in den dunkelsten Momenten weder Mut noch Humor zu verlieren? Und wie schafft er es, sich seinen inneren Dämonen zu stellen?



ROBERT O'NEILL, geboren 1976 in Butte, Montana, hat 16 Jahre lang als Navy SEAL gedient. Er war an zwölf Kampfeinsätzen beteiligt, in denen er über 400 Missionen durchführte. Während der Geheimoperation Neptune Spear gelang es ihm, den al-Qaida-Anführer Osama bin Laden zu erschießen. Für seine Verdienste erhielt er insgesamt 52 militärische Auszeichnungen. 2017 legte er seine Memoiren vor und landete mit »Der Operator« einen »New York Times«-Bestseller.

 $352 \ \, \text{Seiten}, \ \, 14.5 \times 21.5 \ \, \text{cm} \ \, | \ \, \text{Hardcover} \\ \text{ISBN 978-3-7423-2389-7} \ \, | \ \, \text{Warengruppe } 1973$



DAS NEUE BUCH DES »NEW YORK TIMES«-BESTSELLERAUTORS AUF DEUTSCH



STEPHENS-DAVIDOWITZ, SETH

Warum Sie Ihrem Bauchgefühl weniger trauen sollten

... und nur Daten helfen, herauszufinden, was man wirklich will

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 23.05.2023

- Warum Daten meist besser als unser Bauchgefühl sind
- Unterhaltsame Geschichten von Dating bis zu Karriereentscheidungen

Warum man auf Basis von Daten meist bessere Entscheidungen für sein Leben fällt und unser Gefühl oft trügt. Entscheidungen treffen ist nicht immer leicht. Viele

konsultieren Freunde und Familie, suchen im Internet nach Rat oder vertiefen sich in Selbsthilfe-Literatur. Die meisten entscheiden dann aber doch nach Bauchgefühl. Was sich gut anfühlt, wird schließlich auch gut sein, oder? Doch unsere Intuition und unsere gefühlten Wahrheiten sind weit weniger zuverlässig, als man glauben mag, weiß Seth Stephens-Davidowitz. Der ehemalige Google-Datenwissenschaftler zeigt auf Basis der neuesten Big-Data-Forschung und anhand von vielen lustigen Anekdoten, wie falsch wir meist liegen, wenn es darum geht, anhand von Gefühlen die richtige Wahl zu treffen.



SETH STEPHENS-DAVIDOWITZ ist »New York Times«-Bestsellerautor und Keynotespeaker. Er arbeitete unter anderem als Datenwissenschaftler bei Google, doziert und schreibt gegenwärtig für die »New York Times«. Seine

Forschungsergebnisse wurden u. a. im »Journal of Public Economics« veröffentlicht.

EIN NEUER STERN AM NEW-ADULT-HIMMEL: ATEMBERAUBENDES DEBÜT VON BELIEBTER BOOKSTAGRAMERIN FRANKA NEUBAUER



NEUBAUER, FRANKA

Drowning Shadows

14,00 € (D), 14,40 € (A)

ET: 21.03.2023

- Spannungsgeladene Romantik mit Reichweite: Autorin ist als Bookstagramerin sehr gut vernetzt
- Romantic Suspense im Umfeld des Ballett-Milieus: zwei sehr gefragte Zutaten für ein gelungenes Leseerlebnis
- New York als beliebtes Setting
 besonders authentisch durch die eigenen Erfahrungen der Autorin
- · Hochwertige Ausstattung

Als Balletttänzerin groß rauskommen – das ist Graces Ziel, als sie nach New York kommt. Bei einer Audition für eine Aufführung der angesehenen Lincoln Ballet Group lernt sie den Choreografen Eliot kennen, der anfangs alles andere als freundlich ist. Doch je mehr Zeit die beiden miteinander verbringen, desto näher kommen sie sich. Aber darf diese Nähe wirklich sein? Denn Grace hat ein Geheimnis. Eines, das nicht nur ihre Herzen in Gefahr bringt, sondern auch ihre Leben ... Nachdem Franka Neubauer als »bloggingwithfranka« schon viele Menschen auf Bookstagram erreicht hat, wird ihr Debüt nun direkt in das Herz der Buchliebhaber*innen treffen.



FRANKA NEUBAUER wurde 2001 in Aachen geboren, wo sie zurzeit noch ihren Bachelor macht. Seit 2017 bloggt sie auf »@blogginwithfranka« über Bücher und ihr Leben. Schon seit sie klein ist, lebt sie zwischen der Realität und den Geschichten in ihrem Kopf und mit der Veröffentlichung von »Drowning Shadows« geht ihr größter Wunsch in Erfüllung. Sie liebt Marvel, gemütliche Tage im Café, Spaziergänge mit ihrem Hund, und wenn sie gerade kein Buch in der Hand hat, plant sie ihre nächste Geschichte.

EINER FÜR ALLE UND ALLE FÜR EINEN: DER JUGENDBUCHERFOLG VON BESTSELLERAUTOR OLIVER PÖTZSCH WIRD ENDLICH NEU AUFGELEGT



PÖTZSCH, OLIVER

Die Schwarzen Musketiere

14,00 € (D), 14,40 € (A)

ET: 23.05.2023

- Oliver Pötzsch überzeugt auch seine jungen Leser*innen mit einem fantastischen Abenteuerroman vor der Kulisse des Dreißig jährigen Krieges
- Großer Erfolg des Autors weltweit: Die Bände der »Henkerstochter«-Serie sind internationale Bestseller und wurden in mehr als 20 Sprachen übersetzt
- Gelungene Mischung aus Fantasy und Geschichte

Als Lukas' Mutter als Hexe angeklagt wird und sein Vater beim Versuch, sie zu retten, stirbt, ändert sich alles. Während Lukas vor dem Inquisitor Waldemar von Schönborn fliehen kann, bleibt seine kleine Schwester Elsa zurück. Auf sich allein gestellt, hat der junge Grafensohn nur noch ein Ziel: seine Schwester zu finden und Schönborn zur Rechenschaft zu ziehen. Doch was kann ein einzelner Junge gegen einen mächtigen Inquisitor ausrichten? Auf dem Weg durch das vom Dreißigjährigen Krieg zerstörte Deutschland findet Lukas gute Freunde und ein neues Ziel: Vielleicht kann ihm die sagenhafte Fechttruppe seines Vaters helfen – die Schwarzen Musketiere. Doch um die mutigste Kampftruppe Wallensteins zu finden, müssen sie direkt an die vorderste Kriegslinie ...



OLIVER PÖTZSCH, Jahrgang 1970, arbeitete nach dem Studium zunächst als Journalist und Filmautor beim Bayerischen Rundfunk. Heute lebt er als Autor mit seiner Familie in München. Seine historischen Romane haben ihn weit über die Grenzen Deutschlands bekannt gemacht: Die Bände der »Henkerstochter«-Serie sind internationale Bestseller und wurden in mehr als 20 Sprachen übersetzt. Mehr unter oliver-poetzsch.de.

320 Seiten, 14,8 × 21,0 cm | Hardcover ISBN 978-3-95761-227-4 | Warengruppe 1260



YAVI HAMEISTER ERFÜLLT IHRER COMMUNITY IHREN GRÖSSTEN WUNSCH: ENDLICH EIN BUCH MIT IHREN INSPIRIERENDEN TEXTEN



HAMEISTER, YAVI

Wie warmer Regen auf nackter Haut

Gedanken und Texte

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 20.06.2023

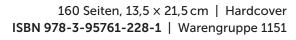
- Über 50.000 treue Follower*innen freuen sich auf sinnstiftenden Input von Influencerin Yavi Hameister
- Großer Trend im Buchmarkt:
 zum Denken anregende Texte in modernem Gewand
- Wunderschönes Geschenk für alle, die sich mit sich selbst und dem Leben auseinandersetzen wollen

Influencerin Yavi Hameister steht in engem Austausch mit ihrer Community, die vor allem eins von ihr möchte: mehr.

Mehr fühlen, mehr berühren, mehr inspirieren. Und genau das gibt sie ihr nun mit dieser Sammlung an Gedanken, Zitaten, Gedichten. Es geht nicht um Rat oder um Lebenshilfe, sondern darum, durch die Macht gefühlvoller Worte mehr bei sich selbst anzukommen. Unterstrichen werden die berührenden Texte durch eine moderne Gestaltung mit ausdrucksstarken Zeichnungen. Yavis Buch ist aber vor allem eins: eine Botschaft für dich.



YAVI HAMEISTER (geb. 1986) arbeitete viele Jahre als Journalistin, bis sie sich als Autorin, Bloggerund Podcasterin, Content Creator und Inhaberin einer Textagentur selbstständig machte. Ihre Welt dreht sich nicht nur um das Schreiben und die Fokusthemen Gesundheit, Sport, Mindset, Lebensführung, Literatur und Kunst, sondern vor allem um ihre beiden Söhne, die ihr als größte Inspiration dienen.





LYRIK

ÜBER RUHE UND CHAOS, ANGST UND MUT, ABER VOR ALLEM ÜBER HOFFNUNG: DIE ERFOLGREICHE POETRY-SLAMMERIN SARAH MARIE BERÜHRT MIT DEM ZWEITEN BUCH



SARAH MARIE

Im großen Ganzen hoffnungsvoll

Gedichte und Texte

14,00 € (D), 14,40 € (A)

ET: 21.02.2023

- »himmelhochjauchzend & gedankenvertieft« begeistert die Community nachhaltig
- Hoffnungsvolle Botschaften in Iyrischem Gewand: Sarah Marie weiß, was ihre Zielgruppe in der Zeit der Krise braucht
- Für Fans von Rupi Kaur, Julia Engelmann und Atticus: ehrliche Poesie mit Anspruch und der Kraft, Menschen zu bewegen

Instagram-Poetin Sarah Marie berührt eine ganze Generation, wenn sie über Hoffnung spricht. Dabei schaut sie auch den unschönen Seiten des Lebens ins Auge und wagt Zuversicht in Anbetracht der Herausforderungen unserer Zeit. Gefühlen wie Angst und Verzweiflung werden Mut und Liebe gegenübergestellt, sodass die Botschaft klar ist: Das Kapitel mag schwierig, die Wolken dunkel sein – doch da folgt noch eine Seite, auf der die Sonne wieder scheint. Mit ihren gefühlvollen Gedichten hat die Spoken-Word-Künstlerin Sarah Marie schon mit ihrem ersten Buch unzählige junge Menschen erreicht. Auch »Im großen Ganzen hoffnungsvoll« trifft wieder genau ins Herz und lässt niemanden unbewegt. Sarah Marie schenkt Trost spendende Poesie in einer schwierigen Zeit.

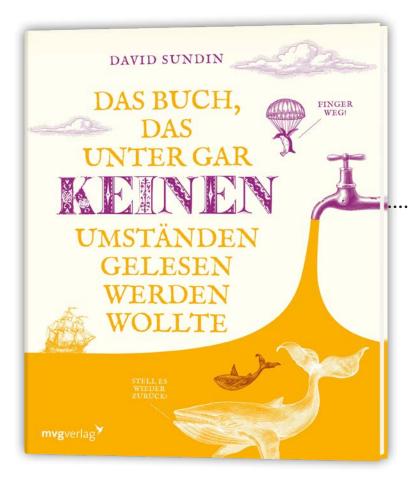


SARAH MARIE, Jahrgang
1999, studiert Germanistik und
Medienwissenschaft in Bonn.
Ihre Liebe zur Lyrik entdeckte die
Künstlerin in jungen Jahren durch
die Poetry-Slam-Szene. Ihr wohl
bekanntester Text »Liebe Instagram«
erhielt im Januar 2021 fast eine
Million Aufrufe auf der gleichnamigen
Plattform. Neben Instagram teilt die
Autorin ihre Gedichte und Gedanken
auch auf YouTube sowie mit ihrem
ersten Hörbuch, das 2019 erschien.

208 Seiten, 13,5 × 21,5 cm | Hardcover ISBN 978-3-95761-226-7 | Warengruppe 1151



DER ABSCHLUSS VON DAVID SUNDINS INTERNATIONALER BESTSELLER-TRILOGIE: DIESES BUCH IST NOCH EINFALLSREICHER UND VERRÜCKTER



SUNDIN, DAVID

Das Buch, das unter gar keinen Umständen gelesen werden wollte

14,00 € (D), 14,40 € (A)

ET: 24.01.2023

- Riesiger Erfolg der Reihe weltweit: »Das Buch, das nicht gelesen werden wollte« wurde in 29 Länder verkauft
- Es verpasst den Lesenden einen elektrischen Schock, wird unsichtbar und will vor allem eins: unter gar keinen Umständen gelesen werden
- Ein großer Spaß nicht nur für die Kinder, sondern auch den vorlesenden Erwachsenen

Überraschung! David Sundin hat ein noch widerspenstigeres Buch geschrieben: »Das Buch, das unter gar keinen Umständen gelesen werden wollte«! Dieses Buch kämpft mit allen Tricks und Mitteln: Es ist eeeextra laaaangweilig zu lesen, spielt Pingpong mit den Worten und Achtung – da ist ein Buchstabendieb unterwegs. Dieses Buch zu lesen, mag zwar gefährlich sein, dafür ist es aber auch ein irrwitziger Spaß für alle ab 3 Jahren.

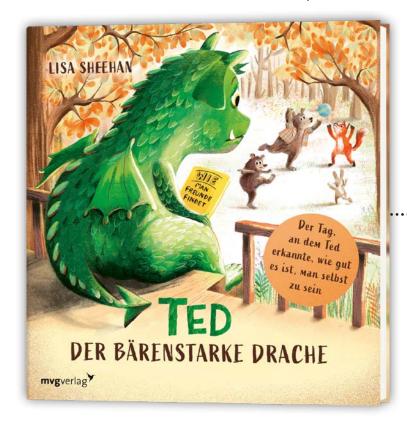


DAVID SUNDIN (geb. 1976) ist ein schwedischer Komiker, Drehbuchautor, Schauspieler und Moderator einer Fernsehshow, ganz zu schweigen von einem Silbermedaillengewinner der schwedischen Meisterschaft im Wortspiel. Nachdem er die erwachsene Bevölkerung Schwedens gründlich verzaubert hatte, machte sich Sundin schließlich daran, das wählerischste Publikum von allen zu unterhalten: Kinder. Im Jahr 2020 gab er sein Kinderbuchdebüt mit »Das Buch, das nicht gelesen werden wollte«. Dieses widerspenstige, schelmische und äußerst unterhaltsame Buch wurde zum meistverkauften Kinderbuch des Jahres

40 Seiten, 19,5 × 24,0 cm | Hardcover | 4-farbig ISBN 978-3-7474-0382-2 | Warengruppe 1231



GEFÜHLVOLLES KINDERBUCH ÜBER DIE WICHTIGE BOTSCHAFT: DU BIST GUT, GENAU SO, WIE DU BIST!



SHEEHAN, LISA

Ted, der bärenstarke Drache

Der Tag, an dem Ted erkannte, wie gut es ist, man selbst zu sein

14,00 € (D), 14,40 € (A)

ET: 24.01.2023

- Kleiner Drache mit großen Gefühlen und ganz viel Talent: farbenprächtiges Bilderbuch über den Wunsch dazuzugehören
- Witziges Abenteuer mit Charme: vom Basteln, Backen und Feuerspucken – für Leser*innen von »Der Grüffelo«
- Wunderschöne und farbenfrohe Illustrationen mit viel Liebe zum Detail

Ted, der Drache, lebt ganz allein in einem Haus tief im Wald. Er liebt es, zu basteln und schöne Kostüme zu schneidern.

Doch er fühlt sich oft allein. Denn die anderen Tiere fürchten sich vor ihm mit seinem feurigen Atem und seinen großen Krallen, sodass er niemanden hat, mit dem er seine Kreationen teilen kann. Als Ted die Ankündigung einer Party NUR FÜR BÄREN entdeckt, kommt ihm eine Idee. Als Bär verkleidet wird der Drache eingelassen und hat viel Spaß mit seinen neuen Bärenfreunden. Doch dann – HATSCHI – reißt sein Kostüm und seine Tarnung fliegt auf. Aber muss das gleich das Ende der Party sein? Oder kann eine Feier nicht für jeden sein, egal ob groß oder klein, Bär oder Drache?

Eine herzerwärmende Geschichte, die zeigt, wie wichtig es ist, andere anzunehmen, und die Mut macht, man selbst zu sein.

32 Seiten, 22,5 × 24,5 cm | Hardcover | 4-farbig ISBN 978-3-7474-0540-6 | Warengruppe 1231



LISA SHEEHAN ist Illustratorin,
Grafikdesignerin und AllroundBildermacherin. Sie lebt mit ihrem
Mann, zwei Töchtern und zwei
riesigen Main-Coon-Katzen in
Bedfordshire. Sie wurde in Bletchley
in Buckinghamshire geboren.
Nach ihrem Abschluss als Illustratorin
an der Kingston University arbeitete
Lisa als Art Director für die »Financial
Times«, bevor sie den Master
in Kinderbuchillustration an der
Cambridge School of Art begann.

DER NACHFOLGEBAND DES BESTSELLERS »BEISSEN DARF NUR DAS KROKODIL«



HEER, CARINA; FRIESE, MARILENA

Boxen darf nur das Känguru

12,00 € (D), 12,40 € (A)

ET: 21.02.2023

- Mein Kleinkind ist wütend: der Umgang mit Wut als zentrales Thema im Bilderbuch
- Wichtige Hilfe für alle Kinder: wie am besten umgehen mit starken Emotionen wie Eifersucht und Neid in Kitas und Kindergärten
- Zehntausende verkaufte
 Exemplare von Büchern wie
 »Wohin mit meiner Wut?« oder
 »Wenn ich wütend bin«

Hanna und Timo spielen gemeinsam Oma und Enkelkind. Sie haben sich ein schönes Spielhaus gebaut und »kochen« leckere Erdbeermarmelade. Dann kommt der kleine Anton und will mitspielen, aber Timo und Hanna wollen lieber allein spielen. Anton fühlt sich ausgeschlossen und wird wütend. Vor lauter Ärger bringt er das schöne Haus zum Einsturz, weswegen Hanna ihm ans Schienbein tritt. Aber treten darf nur der Esel! Anton zieht Hanna im Gegenzug an den Haaren, aber nein: An den Haaren ziehen darf nur das Äffchen. Doch was können Kinder in so einer Situation tun? Mithilfe dieser witzig illustrierten Geschichte lernen Kinder spielerisch, ihre Wut nicht an anderen auszulassen, sondern ihre Probleme zu lösen, indem sie miteinander sprechen.



CARINA HEER hat unter anderem Entwicklungspsychologie in Erlangen studiert und ist heute als freiberufliche Autorin tätig. Sie lebt mit ihrem Mann und ihren zwei Kindern in der Nähe von Bamberg.



MARILENA FRIESE wurde
1995 in Dortmund geboren.
Nachdem sie ihr Studium der
Wirtschaftswissenschaften erfolgreich
abgeschlossen hatte, veranlasste
sie ihre Leidenschaft für Design
und Illustration schließlich dazu,
zusätzlich Kommunikationsdesign zu
studieren.

32 Seiten, 22,5 × 24,5 cm | Hardcover | 4-farbig ISBN 978-3-7474-0526-0 | Warengruppe 1211

DAS ERSTE UMFANGREICHE BUCH ÜBER HUNDEERZIEHUNG FÜR KINDER AUF DEM MARKT



MOORE, ARDEN

Hunde-Wissen für Kids

Alles, was du über Pflege, Training, Spiel und Spaß für deinen Vierbeiner wissen musst

14,00 € (D), 14,40 € (A)

ET: 25.04.2023

- Fundiertes Wissen für eine artgerechte Hundehaltung kindgerecht aufbereitet
- Voller spannender Tipps und Tricks zum Selbermachen, z.
 B. Hundeleckerli backen, ein Körbchen basteln etc.
- Kurzweilige Lektüre: bunt gestaltet, mit vielen Fotos und Illustrationen

Viele Kinder wünschen sich einen Hund. Für einen entspannten Alltag mit dem vierbeinigen Freund muss man aber einiges beachten: von den Grundlagen über Pflege, Gesundheit und Training über das Entschlüsseln der Körpersprache bis hin zur aktiven Beschäftigung des Hundes.

Arden Moore zeigt Kindern in diesem Buch, wie sie ihren Hund besser verstehen und richtig mit ihm umgehen. Neben nützlichem Wissen bietet es viele kreative Ideen, wie man ein Hundebett bastelt, Leckerli selbst macht oder dem Hund einfache Tricks beibringt. Mit vielen bunten Fotos und Illustrationen ist dieses Buch der ideale Begleiter, um Kinder dazu zu bringen, Verantwortung für ihren Hund zu übernehmen und mehr Spaß mit ihm zu haben.



ARDEN MOORE ist Autorin von 20 Büchern über Hunde und Katzen. Sie tritt regelmäßig im Radio und Fernsehen auf, bloggt und hält Vorträge über Haustiere in ganz Nordamerika.

 $144 \ \, \text{Seiten}, \ \, 19,0 \times 24,0 \ \, \text{cm} \ \, | \ \, \text{Softcover}$ $\, \text{ISBN 978-3-7474-0503-1} \ \, | \ \, \text{Warengruppe } 1282$



ÜBER 265.000 VERKAUFTE EXEMPLARE DER BISHER ERSCHIENENEN »POSTILLON«-BÜCHER UND -KALENDER



SICHERMANN, STEFAN

Der Postillon +++
Newsticker +++ 2024

Tagesabreißkalender

15,00 € (D), 15,00 € (A)

ET: 20.06.2023

- Der Kult-Kalender für alle
 »Postillon«-Fans und Satire-Liebhaber
- · Garantiert ohne Montage!

Mit dem Tagesabreißkalender des »Postillon« kann das Jahr 2024 nur großartig werden! Er enthält Tag für Tag eine Auswahl der besten Newsticker und ist dank weniger Fettdruck bis zu 25 Prozent kalorienreduziert. Selbstverständlich beinhaltet dieser Kalender keine Montage. »Der Postillon« ist das beliebteste deutsche Satiremagazin im Netz und mit über zehn Millionen Seitenaufrufen im Monat einer der erfolgreichsten deutschen Blogs.



STEFAN SICHERMANN ist in Personalunion als Chefredakteur, Redakteur, Herausgeber, Administrator, Sekretärin und Praktikant bei der Onlinezeitung »Der Postillon« tätig.

DIE BUCHREIHE »WIE GUT IST IHRE ALLGEMEINBILDUNG?« HAT SICH ÜBER 600.000 MAL VERKAUFT



DOERRY, MARTIN; VERBEET, MARKUS

Wie gut ist Ihre Allgemeinbildung? – Tagesabreißkalender 2024

13,00 € (D), 13,40 € (A)

ET: 20.06.2023

- Jeden Tag eine neue spannende Frage aus den Themenfeldern Politik, Geschichte, Kultur, Wissenschaft und Technik
- Praktischer Kalender zum Aufhängen oder Aufstellen mit perforierten Blättern

Welches Ereignis löste den Ersten Weltkrieg aus? Von welchem Gremium wird der Papst gewählt? Und aus welchem Land stammt die Künstlerin Frida Kahlo? Mit diesen und vielen weiteren spannenden Fragen werden Allgemeinwissen-Experten auch im Jahr 2024 wieder auf die Probe gestellt: Der neue Tagesabreißkalender zum großen SPIEGEL-Wissenstest "Wie gut ist Ihre Allgemeinbildung?" enthält Tag für Tag eine Frage zu den unterschiedlichsten Themen wie Politik, Geschichte, Sport oder Wirtschaft. Das eigene Wissen kann durch die Auflösung auf der Rückseite schnell überprüft werden. So hält man das ganze Jahr über sein Gehirn auf Trab und lernt gleichzeitig jede Menge Wissenswertes dazu.

MARTIN DOERRY, Dr. phil., geboren 1955, arbeitete von 1987 bis 2021 für den SPIEGEL, davon 16 Jahre lang als stellvertretender Chefredakteur.

MARKUS VERBEET, Dr. jur., geboren 1974, arbeitet seit 2003 für den SPIEGEL, seit 2012 gehört er der Leitung des Deutschlandressorts an.



ZEITWEISE WEIT ÜBER ZEHN MILLIONEN ZUSCHAUER BEI ERSTAUSSTRAHLUNG



NACHNAME, AUTORENVORNAME

Tatort – Der Tagesabreißkalender 2024

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 20.06.2023

- 365 spannende Fakten, Zitate und Quizfragen für Profis und Neueinsteiger*innen
- Das perfekte Geschenk für alle »Tatort«-Fans

Dieser Tagesabreißkalender zu Deutschlands beliebtester Kult-Krimireihe ist der perfekte Begleiter durch das Jahr 2024. Der Kalender bietet täglich Wissenswertes rund um alle kultigen »Tatort«-Kommissare, ihre Fälle, Tatorte und Co. So gilt es nicht nur sonntagabends, spannende Rätsel zu lösen und Mordfälle aufzudecken. Knifflige Quizfragen, die besten Zitate und interessante Fakten rund um das »Tatort«-Universum bieten Unterhaltung für jeden Tag im Jahr.



ÜBER 200.000 VERKAUFTE BÜCHER UND KALENDER VON SETH CASTEEL IM RIVA VERLAG



CASTEEL, SETH

Hunde unter Wasser 2024

Wandkalender

10,00 € (D), 10,30 € (A)

ET: 20.06.2023

- Das perfekte Geschenk für alle Hundeliebhaber
- Beständiger Longseller mit gutem Preis-Leistungs-Verhältnis

Wenn Hunde ihrem Spielzeug hinterherjagen, geben sie alles! Und wenn sie dabei noch ins Wasser springen, ergeben sich ganz besondere Anblicke. Genau diese hat der preisgekrönte Tierfotograf und Tierschutzaktivist Seth Casteel mit der Kamera eingefangen. Die dabei entstandenen Bilder zeigen gefletschte Zähne und weit aufgerissene Augen sowie ein wildes Kunstwerk aus Wasserblasen und der Entschlossenheit der Vierbeiner, ihr geliebtes Spielzeug zu erreichen. Der Wandkalender 2024 beinhaltet zwölf einzigartige Porträts, die zeigen, wie lebhaft, verspielt und wild unsere besten Freunde doch sind.



SETH CASTEEL ist ein preisgekrönter Tierfotograf und Autor der Bestseller »Hunde unter Wasser« und »Welpen unter Wasser«. Seine Fotografien haben ihm weltweite Aufmerksamkeit beschert und wurden bereits bei »SPIEGEL online«, »FOCUS online«, STERN.de, Welt.de und vielen anderen Medien veröffentlicht. Er lebt in Kalifornien.

DER NEUE KALENDER AUS DER ERFOLGREICHEN HARRY-POTTER-REIHE AUS DEM RIVA VERLAG MIT ÜBER 800.000 VERKAUFTEN EXEMPLAREN



EAGLE, PEMERITY

Woche für Woche zum besseren Zauberer

Der inoffizielle Harry-Potter-Wochenkalender 2024

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 20.06.2023

- Jede Woche neue Rezepte,
 DIY-Projekte, Fakten oder
 Quizfragen
- Mit praktischer
 Wochenübersicht zum Eintragen von Terminen, Geburtstagen etc.

Mit diesem Wochenkalender sind Harry-Potter-Fans bestens gewappnet für das nächste Jahr. Er ist der perfekte Begleiter für alle, die gar nicht genug von Hogwarts, Zaubertränken und der Winkelgasse bekommen können. Neben spannenden Fakten bietet dieser Kalender magische DIY-Projekte, leckere Rezepte und knifflige Fragen. So können sich die Leser Woche für Woche auf einen neuen Beitrag freuen, der ihnen den Zauber von Harry Potter und seinen Freunden in die Welt der Muggel bringt.

PEMERITY EAGLE wurde am 1. April 1971 in einem kleinen Dorf in Schottland geboren. Sie befasste sich schon früh mit den Schriften und Überlieferungen der magischen Welt, immer mit dem Anliegen, die Welt der Zauberer und Hexen für den Menschen verständlicher zu machen. Mit 21 Jahren verließ sie ihre Heimat und zog nach Deutschland, um sich in der Ferne dem Studium der magischen Welt zu widmen. Zu ihren erfolgreichsten Werken zählen »Das inoffizielle Harry-Potter-Lexikon« und »Das inoffizielle Harry-Potter-Buch der Zauberei«.



WOCHE FÜR WOCHE DAS GLÜCK MANIFESTIEREN – DER WOCHENKALENDER ZUM »SPIEGEL«-BESTSELLER »SCHEISS AUF DIE GLÜCKSFEE! – ICH MACH DAS JETZT SELBST«



ENGEL, CLAUDIA

Scheiß auf die Glücksfee! - Wochenkalender 2024

52 Glücksmanifestationen für 2024

15,00 € (D), 15,00 € (A)

ET: 20.06.2023

- Über 40.000 verkaufte
 Exemplare von »Scheiß auf die
 Glücksfee!« 38 Wochen auf der »SPIEGEL«-Bestsellerliste
- 52 praktische, alltagstaugliche und moderne Impulse und inspirierende Sprüche

Dieser wunderschöne Wochenkalender zum Aufhängen ist die perfekte Ergänzung zu Claudia Engels

Manifestationsbestseller. In ihrem »SPIEGEL«-Bestseller »Scheiß auf die Glücksfee! – Ich mach das jetzt selbst« zeigt sie, wie wir mit dem Gesetz der Anziehung unsere Gedanken positiv verändern und uns alles, was wir uns wünschen, in unser Leben ziehen. Jede Woche erwarten uns hier inspirierende Sprüche und kleine Anregungen, um uns weiterhin im Manifestieren zu üben. Ein wunderbares Geschenk für alle Glückssucher*innen.



CLAUDIA ENGEL ist Glückstrainerin und Coach. Ihr Erfolgspodcast »Glück in Worten« mit mehr als vier Millionen Downloads gibt Impulse für einen glücklicheren Alltag. Nachdem sie sich selbst aus dem Karriere-Hamsterrad befreit und den Job als Fernsehjournalistin an den Nagel gehängt hat, zeigt sie heute unzähligen Menschen den Weg zum Glück mit einer Menge positiver Energie und einer Handvoll Konfetti. Sie lebt mit ihrem Mann und ihren drei Kindern an der Ostsee.





HEXEN UND GRÜNE MAGIE ALS ANDAUERNDER TREND: DER KALENDER FÜR 2024 FÜR ALLE NACHWUCHSHEXEN



FALLANT, ELODIE

Mit grüner Magie durch das Jahr

Naturmagischer Hexenkalender 2024

15,00 € (D), 15,00 € (A)

ET: 20.06.2023

- Für alle Fans vom Bestseller
 »Grüne Magie« mit über
 20.000 verkauften Exemplaren
- Woche für Woche magische Rituale, Sprüche, Rezepte und Infos zu Feiertagen, Mondphasen und astrologischen Daten
- Wunderschöne Gestaltung mit inspirierenden Bildern und magischem Layout

Dieser Wochenkalender lädt uns auf eine magische Reise durch das Jahr 2024 ein. Die naturmagische Hexe Elodie Fallant präsentiert in diesem praktischen Kalender wöchentlich inspirierende Rituale, Zaubersprüche, heilende Rezepte und Wicca-Grundwissen. Jede Seite enthält eine Kalenderübersicht mit den wichtigsten Hexen-Feiertagen, Mondphasen, astrologischen Daten und Platz für eigene Termine und Gedanken. So wird jede Hexe mit der Kraft der grünen Magie durch die Jahreszeiten geführt und findet in diesem bezaubernden Kalender einen praktischen Begleiter.

ELODIE FALLANT beschäftigt sich schon seit ihrer Jugend mit Pflanzen, Magie, Astrologie und Tarot. Mittlerweile gibt sie als Hexe ihr Wissen zu Naturmagie und Kräuterheilkunde in Workshops weiter und erprobt regelmäßig neue Zaubersprüche.



BEREITS ÜBER 820.000 EXEMPLARE DER BÜCHER FÜR POTTER-FANS BEI RIVA



ROSENTHAL, PATRICK

Der Rezeptkalender für Potter-Fans 2024

53 magische Leckereien für jede Woche

20,00 € (D), 20,00 € (A)

ET: 20.06.2023

- Die »Harry Potter«-Bücher und -Filme zählen zu den erfolgreichsten Produktreihen aller Zeiten und begeistern millionenfach
- Hochwertige Bilder von »SPIEGEL«-Bestsellerautor und Foodstylist Patrick Rosenthal
- Das perfekte Geschenk für alle Potter-Fans!

Der perfekte Jahresbegleiter für alle Potterheads! Wer hat nicht schon einmal davon geträumt, mit dem Hogwarts Express zum Schloss zu reisen und in der großen Halle zu tafeln, in Hogsmeade in die »Drei Besen« einzukehren oder im Honigtopf durch die große Auswahl an Süßem und Saurem zu stöbern? Dieser besondere Wochenkalender ist für alle, die gar nicht genug von den wunderbaren Leckereien bekommen können. Jede Woche verzaubert eine kreative und leckere Rezeptidee aus der magischen Welt Zauberer, Hexen und auch Muggel und bringt die zauberhafte Welt von Hogwarts und ihre Magie direkt in dein Zuhause. Dieser Kalender lässt die Herzen aller Potter-Fans höherschlagen!



PATRICK ROSENTHAL

ist erfolgreicher Blogger
(patrickrosenthal.de), Autor
zahlreicher Kochbücher und FoodFotograf. Er gibt Workshops für
Blogger und Firmen im Bereich Social
Media und ist leidenschaftlicher
Koch. Die Zubereitung von Speisen,
das gemeinsame Essen mit Freunden,
das Ausprobieren von neuen
Produkten und das Fotografieren
liegen ihm sehr am Herzen.

AUCH FÜR 2024 DIE BESTEN »AM ARSCH VORBEI«-TIPPS – BEREITS ÜBER 45.000 VERKAUFTE EXEMPLARE DES BELIEBTEN KALENDERS



REINWARTH, ALEXANDRA

Am Arsch vorbei geht auch ein Weg: Wochenkalender 2024

Mit 52 Tipps für ein gechilltes Leben 2024

15,00 € (D), 15,00 € (A)

ET: 20.06.2023

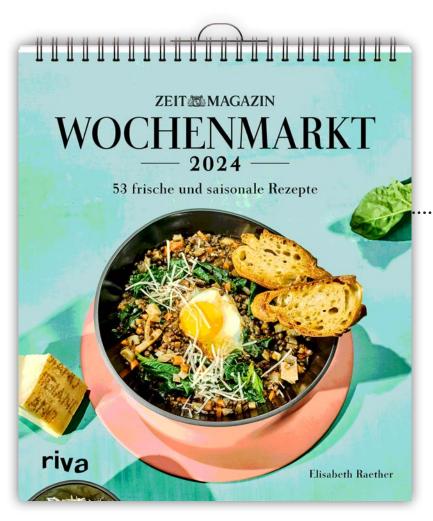
- Der erfolgreiche Kalender zum Bestseller: über eine Million verkaufte Produkte aus dem »Am Arsch vorbei«-Universum
- Woche für Woche gelassener:
 52 originelle »Am Arsch vorbei«-Tipps für ein entspannteres Leben
- Das perfekte Geschenk zum neuen Jahr

Mit dem Bestseller »Am Arsch vorbei geht auch ein Weg« räumte Erfolgsautorin Alexandra Reinwarth auf mit unrealistischen Vorsätzen, Energiedieben und dem ewig schlechten Gewissen wegen diesem oder jenem. Der dazu passende Wochenkalender bietet jedes Jahr originelle und witzige Ideen, um den eigenen Alltag zu entrümpeln und sich auf das Wesentliche zu konzentrieren. Dieser Wochenkalender ist das perfekte Geschenk für gestresste Großstädter, entnervte Eltern und jeden, der sonst noch Entschleunigung und eine angemessene Portion »Leck mich am Arsch« nötig hat.



ALEXANDRA REINWARTH ist Bestsellerautorin und hat neben der Reihe »Was ich an dir liebe« schon viele andere erfolgreiche Bücher für die Verlage riva und mvg geschrieben. Dazu gehören auch die »Spiegel«-Bestseller »Am Arsch vorbei geht auch ein Weg« und »Das Leben ist zu kurz für später«. Sie lebt mit ihrer Famille in Valencia, wo sie als Produzentin und Autorin tätig ist.

DER OFFIZIELLE WOCHENKALENDER ZUR »WOCHENMARKT«-KOLUMNE



RAETHER, ELISABETH

Wochenmarkt – Wochenkalender 2024

53 frische und saisonale Rezepte

20,00 € (D), 20,60 € (A)

ET: 20.06.2023

- Die »Wochenmarkt«-Bücher verkauften sich mehr als 67.000 Mal
- 53 raffinierte Rezepte mit saisonalen Zutaten
- Mit hochwertiger
 Rezeptfotografie

Elisabeth Raether begeistert die Fans ihrer abwechslungsreichen Kochkolumne »Wochenmarkt« im »ZEITmagazin« mit ebenso einfachen wie inspirierenden und anregenden Gerichten. Dieser Wochenkalender zum Aufhängen begleitet die Leser*innen mit ihren besten Rezepten durch alle vier Jahreszeiten. Woche für Woche schlendert man mit der Autorin über den Wochenmarkt, wählt frisches saisonales Gemüse und Obst und zaubert daraus alltagstaugliche Gerichte, die stets das gewisse Etwas haben und mit denen sich auch Gäste jederzeit vortrefflich bewirten lassen.



ELISABETH RAETHER, geboren 1979, studierte in Berlin und Paris, arbeitete in einem Buchverlag und ist Co-Autorin des Buchs »Neue deutsche Mädchen« (2008). Für das »ZEITmagazin« entwickelte sie die kulinarischen Kolumnen »Wochenmarkt« und »Die trinkende Frau«, die ebenso erfolgreich als Sammelbände erschienen sind. Elisabeth Raether ist Redakteurin im Politikressort der »ZEIT«. Sie lebt in Hamburg und Berlin.

DER ERFOLGREICHE UND BELIEBTE »FAULTIERKALENDER« SORGT AUCH 2024 WIEDER FÜR EIN GAAAAANZ ENTSPANNTES JAHR



NACHNAME, AUTORENVORNAME

So müde wie heute war ich seit gestern nicht mehr

Der Faultierkalender für ein entspanntes Jahr 2024

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 20.06.2023

- Chill-Modus on: bunt illustrierter Wochenkalender mit lustigen Sprüchen für jede Gelegenheit
- Woche für Woche entspannt durchs Jahr mit den Meistern der Ruhe und Gelassenheit
- Das perfekte Geschenk:
 Faultierliebhaber werden ihre
 Freude haben

Faultiere machen alles richtig. Sie lassen sich nicht stressen, sondern strecken lieber alle viere von sich und chillen eine Runde. Genau das macht sie in der hektischen Zeit von heute zum Trendtier, dem man unbedingt nacheifern sollte. Einen ersten Schritt zu mehr Ausgeglichenheit à la Faultier kann man mit diesem liebevoll illustrierten Kalender machen. Die witzig-ironischen Sprüche gepaart mit den Faultiermotiven erinnern einen daran, auch mal fünf gerade sein zu lassen und den ganzen Scheiß, der einen nervt, loszulassen. Auf ein stressfreies Jahr 2024!



AUS DER ERFOLGREICHEN »WONDRAK«-KOLUMNE DES »ZEITMAGAZINS«



JANOSCH

Herr Janosch, wie wird man bei der Arbeit glücklich?

Wondraks Weisheiten für einen entspannten Büroalltag zum Aufstellen und Verschenken – 20 Postkarten

12,00 € (D), 12,40 € (A)

ET: 23.05.2023

- Über 200.000 verkaufte
 Exemplare von »Wondrak für alle
 Lebenslagen«
- Das perfekte Geschenk für Freunde und Kollegen
- Aufsteller mit heraustrennbaren Postkarten zum Verschicken und Verschenken

Wie motiviert man sich zur Arbeit? Und wie soll man mit bösen Kollegen umgehen? Auf diese wichtigen Fragen des Arbeitslebens weiß Herr Wondrak natürlich Antwort. Janoschs Held der Erwachsenenwelt begeisterte sechs Jahre lang die Leser*innen des »ZEITmagazins« und hilft hier nun mit viel Charme, die Herausforderungen des Arbeitsalltags zu meistern. Der besondere Postkartenaufsteller enthält neben großartigen Zeichnungen zahlreiche humorvolle Weisheiten rund um das Thema Arbeitswelt – das perfekte Geschenk für alle, die auf der Suche nach ein bisschen (mehr) Motivation in ihrem Arbeitsalltag sind.

JANOSCH ist ein renommierter deutscher Kinderbuchautor, Illustrator, Romanautor und Künstler. Er wurde 1931 als Horst Eckert im oberschlesischen Hindenburg (heute: Zabrze, Polen) geboren. 1978 erschien »Oh wie schön ist Panama« und 1980 »Post für den Tiger«; beide Bücher erreichten Millionenauflagen. Im Zeitalter der Friedensbewegung und des Ökologiebewusstseins entwarf Janosch eine völlig neue Art von Kinderbuch, voller Anarchie, Träumerei und Antiheldentum. Er veröffentlichte mehr als 150 Bücher und erhielt zahlreiche Auszeichnungen. Für das »ZEITmagazin« zeichnete er von 2013 bis 2019 wöchentlich die Kolumne »Wondrak«.



DEUTSCHLANDS YOUTUBE-PROFESSOR: 300.000 ABONNENTEN HÖREN UND DISKUTIEREN REGELMÄSSIG SEINE SPIELTHEORETISCHEN ANALYSEN



PROF. DR. RIECK, CHRISTIAN

Anleitung zur Selbstüberlistung

25,00 € (D), 25,80 € (A)

ET: 23.05.2023

- Trendthema Spieltheorie: völlig neu aufbereitet von demjenigen, der das Thema populär gemacht hat
- 17 grundlegende Prinzipien, um die Rationalität des Scheiterns im eigenen Kopf zu überlisten
- Geniale Lebensstrategien:
 Probeabos rechtzeitig kündigen,
 Fehlentscheidungen nicht
 bedauern, mehr Qualitätszeit
 haben

Wir wissen genau, was wir tun sollten, aber tun etwas völlig anderes. Wir schieben die wichtigen Dinge auf und erledigen das Unwichtige. Am Ende des Tages fragen wir uns, wo der Tag geblieben ist, am Ende des Jahres, wo das Jahr – und am Ende des Lebens? Es nützt nichts, sich vorzunehmen, etwas zu ändern, solange wir nicht die Gesetzmäßigkeit verstehen, die gegen uns arbeitet. Hier tritt die Spieltheorie auf die Bühne. Mit ihrer Hilfe lassen sich wie in einem Spiel Reaktionen und Spielzüge unserer Gegenspieler vorhersehen. Unter allen möglichen Gegenspielern gibt es einen, der besonders heimtückisch ist: wir selbst.

PROF. DR. CHRISTIAN RIECK ist Wirtschaftsprofessor und Experte für Spieltheorie. Schon als junger Student hatte er das Glück, in den engen Kreis der damals noch unbekannten Spieltheoretiker zu gelangen. Neben seiner Lehrtätigkeit ist es heute seine Spezialität, diese ursprünglich mathematische Theorie allgemeinverständlich aufzubereiten und auf aktuelle Themen anzuwenden. Unter dem Spitznamen »ProfRieck« hält er seit einigen Jahren eine seiner Vorlesungsreihen auf YouTube ab und hat so die Spieltheorie in Deutschland allgemein bekannt gemacht. Was als unscheinbares Experiment begann, zog bald Hunderttausende Zuschauer an, die wöchentlich auf seine neue »Vorlesung« warten und in den Kommentaren intensiv mitdiskutieren. In seinem virtuellen Hörsaal sitzen inzwischen rund 300.000 YouTube-Follower aus allen Schichten und Altersgruppen.

200 Seiten, $14.5 \times 21.5 \, \text{cm} \mid \text{Hardcover}$ ISBN 978-3-96905-240-2 $\mid \text{Warengruppe } 1481$



DAS LUSTIGE NACHFOLGEBUCH ZUM »SPIEGEL«-PLATZ-2-BESTSELLER »DER TASCHENANWALT«



SOLMECKE, CHRISTIAN

Welches Recht gilt bei Mord im Weltraum?

Skurrile Rechtsfragen, überraschende Urteile und absurde Gesetze

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 23.05.2023

- Der YouTube-Anwalt mit über 900.000 Abonnenten – auch bekannt aus TV, Radio und Print
- Anwaltswissen einmal anders: die skurrilsten Rechtsfragen, verrücktesten Gesetze und Urteile anhand von unterhaltsamen Geschichten erläutert
- Große Presse- und Social-Media-Kampagne zum Erscheinungstermin

Dürfte der Papst einen Kreuzzug ausrufen? Welches Recht gilt, wenn sich Astronauten auf der Raumstation ISS prügeln? Darf ein Täter, der sich selbst stellt, die Belohnung kassieren, die auf ihn ausgesetzt wurde? Der deutschlandweit bekannte Rechtsanwalt Christian Solmecke, dessen YouTube-Kanal »KanzleiWBS« über 900.000 Abonnenten begeistert, widmet sich in seinen beliebten Videos immer wieder ganz ungewöhnlichen, abgefahrenen und faszinierenden Rechtsfragen, die er fachlich korrekt beantwortet. In seinem neuen Buch nach dem »SPIEGEL«-Bestseller »Der Taschenanwalt« behandelt er die ungewöhnlichsten Rechtsfragen und Rechtsfälle, mit denen er im Laufe seiner Anwaltskarriere konfrontiert wurde.



CHRISTIAN SOLMECKE ist DER YouTube-Anwalt in Deutschland. Täglich präsentiert er seinen über 900.000 Abonnenten auf dem Kanal »KanzleiWBS« die Dosis Recht, die jeder im Alltag benötigt. Mit Rezo kämpfte er gegen die EU-Urheberrechtsreform (Artikel 13), mit Rewinside und einem Vertreter der GEMA debattierte er im World Wide Wohnzimmer, Sein Jurastudium finanzierte der Rechtsanwalt, dessen Kölner Kanzlei inzwischen mehr als 100 Mitarbeiter beschäftigt, als Nachrichtensprecher beim Westdeutschen Rundfunk. Noch heute ist er in TV und Radio gern

200 Seiten, 13,5 \times 21,0 cm | Softcover ISBN 978-3-96905-228-0 | Warengruppe 1970



BESTSELLER AUS DEN USA: 90.000 VERKAUFTE EXEMPLARE DER ORIGINALAUSGABE UND VIER LIZENZAUSGABEN



NEWMAN, CATHERINE

Alles, was du in der Schule nicht lernst

65 superwichtige Fähigkeiten, die du beherrschen solltest, bevor du erwachsen bist

16,00 € (D), 16,50 € (A)

ET: 21.03.2023

- Was Kinder fürs Leben lernen müssen, unterhaltsam vermittelt
- Unentbehrliche Life Skills für 8- bis 12-Jährige mit altersgerechten Erklärungen und coolen Illustrationen
- Kranke trösten, Tiere pflegen, Briefe schicken, ein Ei kochen, das Klo putzen, einen Knopf annähen, Koffer packen u. v. m.

In der Schule lernen Kinder viele wichtige Dinge, aber nicht, wie man das Bett macht, ein Formular ausfüllt, den Koffer für eine Reise packt oder Geld spart. Für alle Kinder, die sich ungern von ihren Eltern anleiten lassen (was in einem gewissen Alter völlig normal ist), hat die witzige Autorin und Kolumnistin Catherine Newman den ultimativen Ratgeber zu den wichtigsten Lebenskompetenzen geschaffen. Vollgepackt mit Tipps, Tricks und Ratschlägen und bunt illustriert in einem ansprechenden Graphic-Novel-Stil, zeigt dieses unterhaltsame Buch, wie einfach es ist, sich vom elterlichen Genörgel zu befreien und zuverlässiger zu werden. Und die jungen Leser werden in der Folge auch selbst zufriedener sein!

CATHERINE NEWMAN ist Autorin zahlreicher Kinderbuch-Bestseller, darunter Sachbücher und Romane, sowie Herausgeberin des gemeinnützigen Kinderkochmagazins »ChopChop«. Außerdem ist sie die Knigge-Kolumnistin der Zeitschrift »Real Simple« und schreibt regelmäßig für die »New York Times«, »O, The Oprah Magazine«, »The Boston Globe« und viele andere Publikationen. Sie lebt mit ihrer Familie in Amherst, Massachusetts.



KOMPAKTE LIFE SKILLS UND ALLTAGSWISSEN, DAS IN DER SCHULE NICHT VERMITTELT WIRD



BÖCK, CORINNA; WIECHMANN, DANIEL

Alles, was du in der Schule nicht gelernt hast, aber fürs Leben brauchst

Finanzen und Steuern, Arbeit und Beruf, Zeitmanagement, Internet, Recht, Psychologie, Organisation

22,00 € (D), 22,70 € (A)

ET: 23.05.2023

- Arbeit, Geld, Wohnen,
 Recht, Medien, Organisation,
 Psychologie, Selbstfindung und viele weitere wichtige Themen
- Für Abiturienten, Studenten und alle anderen (jungen)
 Erwachsenen, die noch auf der Suche sind und Orientierung und einen Plan brauchen

Warum lernen wir in der Schule eigentlich nicht, wie man ein glückliches und erfülltes Leben führt? Wer die Schule abschließt, hat vieles im Kopf – und ist leider trotzdem nicht ausreichend auf das Leben vorbereitet. Dieses unentbehrliche Handbuch schafft Abhilfe und vermittelt relevantes Alltagsund Gesellschaftswissen in kompakter Form. Wie mache ich eine Steuererklärung – und warum sollte ich das tun? Welche Rechte habe ich als Mieter? Welche Versicherungen brauche ich wirklich? Wie baue ich ein berufliches Netzwerk auf? Wie finde ich einen Job, der mich erfüllt? Wie verhandle ich mein Gehalt? Wie funktionieren gute Beziehungen? Wie streitet man richtig? Neben praxisrelevanten Fakten und Anleitungen stattet dieses Buch die Leserinnen und Leser mit wertvollen Tools aus.



DANIEL WIECHMANN (47) lebt in München und arbeitet seit mehr als 20 Jahren als Autor. Er hat bereits zahlreiche Bücher veröffentlicht. Als Chefredakteur des Münchner »Werk Magazins« setzt er sich regelmäßig mit Gesellschafts- und Bildungsthemen auseinander.

250 Seiten, 14,5 \times 21,5 cm | Softcover ISBN 978-3-96905-231-0 | Warengruppe 1481



MIT 2,5 MILLIONEN FOLLOWERN AUF TIKTOK, 225.000 AUF YOUTUBE UND EINER MONATLICHEN REICHWEITE VON 50 MILLIONEN IST »WISSENSBERT« DER GRÖSSTE DEUTSCHE SCIENCE-INFLUENCER



WISSENSBERT

Du dachtest, du kennst die Welt

101 Science Facts mit Mindblow-Garantie

16,00 € (D), 16,50 € (A)

ET: 25.04.2023

- Fesselnde Themen aus Natur,
 Weltraum, Technik und
 Wissenschaft mit Mindblow-Garantie!
- Zielgruppengerechte und unterhaltsame Wissensvermittlung für ein junges Publikum
- Komplett farbig illustriert mit vielen Bildern

Im Zeitalter der sozialen Medien und der unglaublichen Informationsflut glauben wir, das meiste schon gesehen zu haben. Glauben wir ... doch dem ist nicht so. Die Welt ist voller faszinierender Dinge, von denen kaum jemand je gehört hat. Der beliebte Science-Influencer »Wissensbert«, der auf TikTok, YouTube und Instagram einem Millionenpublikum Wissensthemen anschaulich näherbringt, hat die überraschendsten, faszinierendsten und unglaublichsten Phänomene zusammengetragen: spannendes Wissen aus der heutigen Wissenschaft, aber auch erstaunliche Funde aus den Tiefen vergessener Archive. Vom Jahr ohne Sommer 1816 bis zum Sterben unserer Sonne in sieben Milliarden Jahren begibt sich der Leser auf eine Zeitreise.

WISSENSBERT Robert Döring ist Wissenschaftsjournalist und Content Creator. Nachdem er bereits in sehr jungem Alter eine Passion für populärwissenschaftliche Themen entwickelt hatte, kam er während seiner achtjährigen Polizeilaufbahn in den Kontakt mit der Social-Media-Plattform TikTok. Durch geschicktes Aufbereiten spannender Themen gelang es ihm, dort eine neue Form des Infotainments zu kreieren, mit der er heute Millionen Zuschauer aus allen Altersgruppen fasziniert.

200 Seiten, 14,8 × 21,0 cm | Softcover | 4-farbig ISBN 978-3-96905-234-1 | Warengruppe 1989



»WALL STREET JOURNAL«-BESTSELLER, 200.000 VERKAUFTE EXEMPLARE IN DEN USA, LIZENZRECHTE IN 17 LÄNDER VERKAUFT



ZHUO, JULIE

Wie du lernst, ein Team zu leiten

Der Crashkurs für neue Führungskräfte

18,00 € (D), 18,60 € (A)

ET: 25.04.2023

- Endlich ein moderner Ratgeber für junge Führungskräfte
- Das ideale Buch zur Beförderung
- Anwendbares Praxiswissen aus der modernen Business-Welt, unterhaltsam und authentisch vermittelt

Vielen neuen Führungskräften geht es so: Nachdem die Sektkorken geknallt haben und der glänzende neue Titel angenommen wurde, wird ihnen schlagartig klar, dass sie keine Ahnung haben, was sie jetzt tun sollen. Genau so fühlte sich Julie Zhuo, als sie im Alter von 25 Jahren eine neue Stelle als Abteilungsleiterin antrat. Sie starrte auf eine lange Liste organisatorischer Aufgaben – von der Einstellung bis zur Entlassung, von der Planung bis zum Pitching – und sah sich Tausenden Fragen und Unsicherheiten gegenüber. Wie konnte sie die Arbeit ihres Teams gewinnbringend für das Unternehmen einsetzen? Wie ließen sich die Karrieren ihrer Mitarbeiter optimal befördern? Was war das Geheimnis, um in neuen und unerwarteten Situationen souverän zu führen?

JULIE ZHUO ist eine der führenden

Produktdesignerinnen im Silicon Valley. Sie leitet die Teams für einige der weltweit meistgenutzten Mobilund Webdienste. In ihrem beliebten Blog »The Year of the Looking Glass« und für Publikationen wie die »New York Times« und »Fast Company« schreibt sie über Technologie, Design und Führung. Sie hat einen Abschluss in Informatik von der Stanford University und lebt mit ihrem Mann und ihren zwei Kindern in Kalifornien.



BESTSELLERAUTORIN MIT ÜBER 600.000 VERKAUFTEN »LUSTIGE GRAFIKEN«-BÜCHERN UND ÜBER 100.000 FOLLOWERN BEI TWITTER



BERLIN, KATJA

Wofür sich Frauen rechtfertigen müssen

Ein Manifest in satirischen Grafiken. Das Beste aus »Torten der Wahrheit«

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 25.04.2023

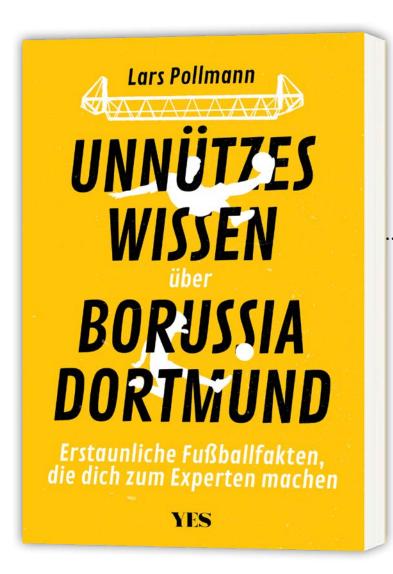
- Sensation in den sozialen Netzwerken: Katja Berlins Grafiken werden millionenfach geteilt
- Kluge Gesellschaftskritik
 in Form unterhaltsamer
 Tortendiagramme zu
 aktuellen Themen wie soziale
 Gerechtigkeit, Frauenrechte,
 Faschismus oder Umweltschutz

Eigentlich scheint alles klar: Frauen in Elternzeit arbeiten nicht, Klimaschutz ist zu teuer und nur Quotenfrauen werden wegen ihres Geschlechts bevorzugt. Aber wenn man da mal ein bisschen genauer hinguckt ... Arbeiten Frauen zu Hause nicht auch? Kostet keine Klimapolitik nicht viel mehr? Und sind es nicht eher Männer, die von ihrem Geschlecht profitieren? Katja Berlin zerpflückt jede Woche für »DIE ZEIT« deutsche Debattengrundlagen und betrachtet vermeintliche Wahrheiten aus einer anderen Perspektive. Ihre Sicht der Dinge bringt sie in kleinen Infografiken auf den Punkt und begeistert damit seit 2015 die Leserinnen und Leser.

KATJA BERLIN ist Autorin aus Berlin. Ihr erstes Buch »Was wir tun, wenn der Aufzug nicht kommt« verkaufte sich über 300.000 Mal. 14 weitere Bücher, darunter etliche Bestseller, folgten. Sie schrieb Kolumnen für das »Handelsblatt Magazin« und die »Berliner Zeitung« und podcastet zusammen mit Gunda Windmüller bei »Fix und Vierzig«. Seit 2015 erscheint ihre Grafikkolumne »Torten der Wahrheit« in der »ZEIT«.



STARS, SPIELE, SIEGE UND SKANDALE AUS DER WELT DES BVB



POLLMANN, LARS

Unnützes Wissen über Borussia Dortmund

Erstaunliche Fußballfakten, die dich zum Experten machen

12,00 € (D), 12,40 € (A)

ET: 25.04.2023

- Der neue Band nach dem erfolgreichen Buch »Unnützes Wissen über den FC Bayern«
- · Perfektes Geschenk für Fans
- Der Autor hat über 10.000
 Follower auf seinem
 Twitter-Kanal, auf dem er
 Fußballcontent postet

Wurde Borussia Dortmund in einem Wirtshaus gegründet und nach einer Brauerei benannt? Warum spielten die Schwarzgelben zuerst ausgerechnet in Blau und Weiß? Hat Bayern München den Rivalen einst vor dem Ruin gerettet? Und weshalb ist die »Gelbe Wand« wichtiger als jeder Spieler? Diesen und anderen Fragen widmet sich diese unterhaltsame Wissenssammlung rund um den achtmaligen Deutschen

Wissenssammlung rund um den achtmaligen Deutschen Meister. Ein Muss für jeden Fußballfan, um auf der Tribüne, dem Pausenhof oder im Internet mit Wissen über den BVB zu glänzen.

LARS POLLMANN begann seine journalistische Karriere als Kolumnist für das englischsprachige Portal »Bleacher Report«. Seit 2018 gehört er zur Redaktion des Onlineportals »fussball.news«. Borussia Dortmund gebührt in seiner Arbeit stets ein großer Fokus. Der Bonner ist dem Fußball zudem als ehemaliger Spieler und Trainer sowie bis heute als Ehrenamtler im Nachwuchsbereich eng verbunden



ALLES, WAS MAN LESEN UND WISSEN MUSS, UM REICH UND ERFOLGREICH ZU WERDEN



SEIFERT, DANIEL

Lies dich erfolgreich

Die Essenz der 50 besten Bücher über Persönlichkeitsentwicklung, Motivation, Karriere und Finanzen

18,00 € (D), 18,60 € (A)

ET: 21.03.2023

- Nach dem überragenden
 Erfolg der Apps Blinkist
 und Getabstract jetzt
 endlich die wichtigsten
 Zusammenfassungen auch als
 Buch
- Bespricht Bücher von James Clear, Rolf Dobelli, Tim Ferris, Daniel Kahnemann, Robert T. Kiyosaki, Anthony Robbins, Bodo Schäfer u.v. m.

Wir alle wollen den direkten Weg zum Erfolg. Allein in Deutschland verkaufen sich die entsprechenden Finanz- und Lebensratgeber millionenfach: Richard Koch erklärt in seinem Bestseller »Das 80/20-Prinzip«, wie wir mit wenig Aufwand die Effektivität steigern. Der FBI-Mann Chris Voss verrät in »Knallhart verhandeln« Gesprächsstrategien, die sich auch in der Wirtschaft anwenden lassen. Und Morgan Housel erteilt in »Psychologie des Geldes« zeitlose Lektionen über Reichtum und Glück. Aber wann sollen wir das alles lesen? Daniel Seiferts brillante Zusammenfassungen vermitteln in aller Kürze und Prägnanz, wie man seine Konzentration erhöht, besser kommuniziert, Denkfehler vermeidet, wirklich effizient arbeitet und sein Geld optimal anlegt und vermehrt.



DANIEL SEIFERT, Jahrgang 1972, ist seit 20 Jahren als Lektor in der Buchbranche tätig. Er half unzähligen Autorinnen und Autoren auf dem Weg zum Bestseller und wurde dabei zum Fachmann für Schreib-, Lebensund Finanzkrisen. Als Besitzer einer im deutschsprachigen Raum vermutlich einzigartigen Bibliothek für Ratgeber und Wirtschaftsliteratur weiß er, was man lesen sollte, wenn man erfahren will, welcher Weg zum Erfolg führt.

160 Seiten, $13.5 \times 21.0 \, \text{cm} \mid \text{Softcover} \mid \text{Farbigkeit}$ ISBN 978-3-96905-218-1 | Warengruppe 1481



PSYCHOLOGISCH FUNDIERTES BILDERBUCH, DAS KINDERN VON 4 BIS 7 JAHREN HILFT, MIT GROSSEN GEFÜHLEN UMZUGEHEN



SELBY, SHARON

Kleine Übungen für große Gefühle

Wie du dich beruhigen kannst, wenn du wütend, aufgeregt, ängstlich oder traurig bist. Für 4bis 7-Jährige

12,00 € (D), 12,40 € (A)

ET: 21.03.2023

- Spielerische
 Achtsamkeitsübungen zur
 Emotionsregulierung und
 Entspannung bei Wut,
 Aufregung, Angst und
 Traurigkeit
- Wertvoll für jedes Kind: Die vermittelten Fähigkeiten schaffen ein Fundament für lebenslange psychische Gesundheit

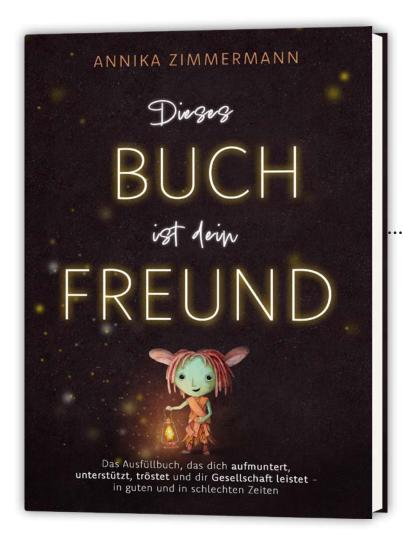
Wenn kleine Kinder wütend, traurig, aufgeregt oder ängstlich sind, werden sie von ihren Gefühlen oft regelrecht

überrollt. Damit umzugehen ist alles andere als einfach! Dieses unterhaltsame Bilderbuch zeigt 4- bis 7-Jährigen auf altersgerechte Weise, wie sie die vier großen Gefühle Wut, Aufregung, Angst und Traurigkeit verstehen und bewältigen können. Erwachsene und Betreuer erfahren, wie sie mit Kindern über ihre Gefühle sprechen können. Die illustrierten Achtsamkeits-, Bewegungs- und Atemübungen mit lustigen Bildern und verständlichen Anleitungen machen nicht nur Spaß, sondern helfen Kindern, ihre Energie zu kanalisieren, ihre Emotionen zu regulieren und leichter wieder zur Ruhe zu kommen.

SHARON SELBY ist eine zertifizierte Psychotherapeutin aus West Vancouver in Kanada, die seit 24 Jahren Kinder, Jugendliche und Familien berät. Darüber hinaus ist sie Buchautorin, Bloggerin, Vortragsrednerin und Medienberaterin.



DAS AUSFÜLLBUCH, DAS UNTERHÄLT, UNTERSTÜTZT, TRÖSTET UND AUFMUNTERT WIE EIN BESTER FREUND



ZIMMERMANN, ANNIKA

Dieses Buch ist dein Freund

Das Ausfüllbuch, das dich aufmuntert, unterstützt, tröstet und dir Gesellschaft leistet – in guten und in schlechten Zeiten

15,00 € (D), 15,50 € (A)

ET: 25.04.2023

- Das Buch verbindet den Ausfüllmit dem Selbstliebe-Trend
- Liebevolle Gestaltung, hochwertige Ausstattung
- Große Social-Media-Kampagne

Freunde sind es, die das Leben wirklich lebenswert machen

– in dunklen wie in hellen Zeiten. Manchmal kennen sie einen sogar besser, als man sich selbst zu kennen glaubt. Ihnen nahe zu sein kann helfen, die Nähe zum eigenen Selbst zu stärken. Dieses kreative Ausfüllbuch erfüllt alle Aufgaben eines wirklich guten Freundes. Es spendet Trost, muntert auf, erinnert an die schönen Momente des Lebens, bewahrt Geheimnisse, weiß Rat und hilft, zu reflektieren oder sich mit unangenehmen Wahrheiten auseinanderzusetzen. Dabei übernimmt das Buch die Rolle des besten Freundes und Wegbegleiters, der zu jeder Zeit und überallhin mitgenommen werden kann und immer für einen da ist, ganz egal, ob einem das Leben gerade Zitronen oder Limonade serviert.



ANNIKA ZIMMERMANN, geboren 2000, lebte sich schon in der Kindheit vielfältig kreativ aus, beispielsweise mit dem Zeichnen von Comics oder dem Schreiben von eigenen Geschichten und Theaterstücken. Heute ist sie in der Film- und Medienproduktion tätig und studiert berufsbegleitend in ihrer Heimatstadt München. Bereits mit ihrem ersten Buch »3 AM Questions«, das zum Bestseller wurde, inspirierte sie andere dazu, ihre Realität zu hinterfragen und die Dinge aus neuen Blickwinkeln zu betrachten.

96 Seiten, 14,8 × 21,0 cm | Hardcover | 4-farbig ISBN 978-3-96905-224-2 | Warengruppe 1191





AUSLIEFERUNGEN **DEUTSCHLAND**

Zeitfracht GmbH

Industriestraße 23

70565 Stuttgart

Service- und Bestellhotline Telefon: +49 711 7860-2254 Telefax: +49 711 7899-1010

Bestellungen: bestellung@zeitfracht.de Rückfragen: kundenservice@zeitfracht.de

Münchner Verlagsgruppe Remittendenabteilung VA c/o KNV 7eitfracht GmhH Ferdinand-Jühlke-Str. 15 99095 Erfurt

ÖSTERREICH

Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH

Sulzengasse 2 A-1230 Wien

Telefon: +43168014-0

Telefax: +4316896800 oder 6887130

Bestellservice: Telefon: +43168014-5

E-Mail: bestellung@mohrmorawa.at

SCHWEIZ

Buchzentrum AG Industriestr. Ost 10 CH-4614 Hägendorf Telefon: +41622092626

Telefax: +41622092627

E-Mail: kundendienst@buchzentrum.ch

ANSPRECHPARTNER*INNEN IM VERLAG

GESCHÄFTSFÜHRUNG

Christian Jund

Matthias Setzler

E-Mail: msetzler@m-vg.de

VERTRIEBSLEITUNG MULTIMARKT **UND KOOPERATIONEN**

Thomas Kümmerle

Telefon: +49 89 651285-255 E-Mail: tkuemmerle@m-vg.de

VERTRIEBSLEITUNG STEUERUNG, LOGISTIK UND DISPOSITION

Thomas Stock

Telefon: +49 89 651285-278 E-Mail: tstock@m-vg.de

KEY ACCOUNT MANAGEMENT

Manuel Alfaro Telefon: +49 89 651285-2658 E-Mail: malfaro@m-vg.de

VERANSTALTUNGEN UND BÜCHERTISCHE

Juliane Grimme Telefon: +49 89 651285-2657 E-Mail: jgrimme@m-vg.de

VERTRIER UND VERSANDHANDEL

Milena Klein

Telefon: +49 89 65 12 85 - 1919 E-Mail: mklein@m-vg.de

VERKAUF E-COMMERCE

Melanie Beer Telefon: +49 89 651285-244 E-Mail: mbeer@m-vg.de

LEITUNG LIZENZEN

Miriam Owald Telefon: +49 89 651285-2620 E-Mail: mowald@m-vg.de

LEITUNG PRESSE

Anja Bauriedel Telefon: +49 89 651285-247 E-Mail: abauriedel@m-vg.de

AUSSENDIENST BAYERN

Regina Butz Untere Ringstr. 9 A 86899 Landsberg am Lech Telefon: +49 8191429772 Telefax: +49 8191429773 rbutz@m-vg.de

BADEN-WÜRTTEMBERG

Annegret Schackmann Im Hülben 15

Im Hülben 15 73274 Notzingen Telefon: +4970218048591 **-kil: +491703372343

NIEDERSACHSEN, SCHLESWIG-HOLSTEIN, HAMBURG, BREMEN

Klosterweide 23d 28865 Lilienthal

Telefon: +49 23649572244 Mobil: +49 17623122913 Telefax: +49 42984682982 E-Mail: atimm@m-vg.de

BERLIN, BRANDENBURG. MECKLENBURG-VORPOMMERN

Berliner Verlagsvertretungen GbR Liselotte-Hermann-Str. 2 10407 Berlin Telefon: +49 304212245 Telefax: +49304212246

E-Mail: berliner-verlagsvertretungen@t-online.de

NORDRHEIN-WESTFALEN

Eva Baumann Mühlenstr. 48

45659 Recklinghausen Mobil: +491785118754 Telefon: +49 2361 9379977 Telefax: +49 2361 9379978 E-Mail: ebaumann@m-vg.de

SACHSEN, SACHSEN-ANHALT, THÜRINGEN

Daniela Tittmann, Thomas Hönicke, Heike Soiné

Rilkestr. 11 09114 Chemnitz

Telefon: +49 371 3556999 Telefax: +49 371 3556998 E-Mail: vv-d.tittmann@web.de

HESSEN, RHEINLAND-PFALZ, SAARLAND UND LUXEMBURG

Stefan Pierre-Louis

Neue Straße 20 61118 Bad Vilbel Telefon: +49 610134483 Telefax: +49 61019549949

E-Mail: stefan.pierre-louis@web.de **TELEFONVERKAUF**

Buch- und Mediendienst

Georgenstraße 4

80799 München Telefon: +49 89 2060965-0 Telefax: +49 89 2060965-400

E-Mail: kundenbetreuung@buch-mediendienst.de

MULTIMARKT

Warenhaus, Spielwaren- und Geschenkhandel, PBS-Handel,

Baby-Markt, Garten-Center Telefon: +49 89 2060965-50 E-Mail: vertrieb@bonnier.de

Key Account Manageme Alexandra Tröscher

Telefon: +49 89 2060965-52 E-Mail: alexandra.troescher@bonnier.de

Key Account Management Vanessa Cinque

Telefon: +49 89 2060965-15 E-Mail: vanessa.cinque@bonnier.de

AUSSENDIENST MULTIMARKT

PLZ 20 - 31, 38

Nicole Hohlweg Hauptstr. 13

24850 Schuby Telefon: +49 89 2060965-6 Mobil: +491732426389 Telefax: +49 89 2060965-456 E-Mail: nicole.hohlweg@bonnier.de

PLZ 32-37, 40 - 42, 44 - 51, 53, 52, 57 - 59

Carolin Klappheck Lyckstr. 33 45701 Herten

Telefon: +49 89 2060965-59 Mobil: +49 1621393886 Telefax: +49 89 2060965-459 carolin.klappheck@bonnier.de

PLZ 54 - 56, 60 - 69, 74, 76, 90 - 92, 95 - 98, Luxemburg

Erik Marschall

Eckstr. 10 67735 Mehlbach

Telefon: +49 89 2060965-54 Mobil: +49 1737391851 Telefax: +49 89 2060965-454 erik.marschall@bonnier.de

PLZ 70 - 73, 75, 77 - 89, 93 - 94 Annemarie Streubel

Eichenstr. 15 88069 Tettnar

Telefon: +49 89 2060965-58 Mobil: +49 1732673378 Telefax: +49 89 2060965-458 annemarie.streubel@bonnier.de

ÖSTERREICH

Birgit Raab W, NÖ, BGLD

Sulzengasse 2 1230 Wien

Telefon: +43 664 8462898 E-Mail: birgit.raab@mohrmorawa.at

Karin Pangl KTN, SZBG, Vorarlberg, Tirol, OÖ, STMK, Südtirol

Sulzengasse 2 1230 Wien

Telefon: +43 664 8119820 E-Mail: karin.pangl@mohrmorawa.at

Key-Account Fachmarkt fachmarkt@mohrmorawa.at

SCHWEIZ

Joe Fuchs Verenastraße 8 CH-8832 Wollerau

Telefon: +41447847982 Telefax: +41447845367 E-Mail: joe.fuchs@mythen.ch

FÜR ALLGEMEINE ANFRAGEN KONTAKTIEREN SIE UNS GERNE:

Telefon: +49 89 651285-252 E-Mail: vertrieb@m-vg.de















MÜNCHNER **VERLAGSGRUPPE GMBH**

Türkenstraße 89 80799 München

Telefon: +49 89 651285-0 Telefax: +49 89 652096

www.m-vg.de E-Mail: info@m-vg.de

Preis- und Lieferbarkeitsangaben:

Stand 1.12.2022

Bestellnummer: 990168 Änderungen und Irrtümer

vorbehalten!