



FRÜHJAHR

Verlagsprogramm

2023



Liebe Kolleg*innen,

wie Sie wissen, steht die Münchner Verlagsgruppe für ständige Innovation und Weiterentwicklung und natürlich möchten wir Ihnen die optimalen Informationen an die Hand geben.

Dies ist der Grund, weswegen wir unsere Vorschau noch einmal angepasst haben und noch mehr auf Ihre Bedürfnisse eingegangen sind.

Tauchen Sie zum Beispiel mit den Innenseiten in die Leckereien der Kochbücher ein und haben Sie außerdem unsere verkaufstarke Backlist immer im Blick.

Entdecken Sie die Titel, die ebenso bunt und vielfältig geraten sind wie die Blüten einer Frühlingswiese und bei denen jeder einzelne für Ihre Umsatzsteigerung stehen kann. Lassen Sie sich verzaubern von unserem neuen Programm.

Herzliche Grüße,

Ihr Buchhandels- und Vertreter*innen-Team der Münchner Verlagsgruppe.





INHALT



MVG VERLAG
SEITE 7 – 22



SACHBUCH
SEITE 23 – 34



KOCHBUCH
SEITE 35 – 50



SPORT & FITNESS
SEITE 51 – 65



GESUNDHEIT
SEITE 66 – 76



GESCHENKBUCH
SEITE 77 – 90



BELLETRISTIK
SEITE 91 – 93



KINDERBUCH
SEITE 94 – 97



NONBOOK
SEITE 98 – 133



KREATIVITÄT
SEITE 134 – 141



KALENDER
SEITE 142 – 152



FINANZBUCH VERLAG
SEITE 153 – 166



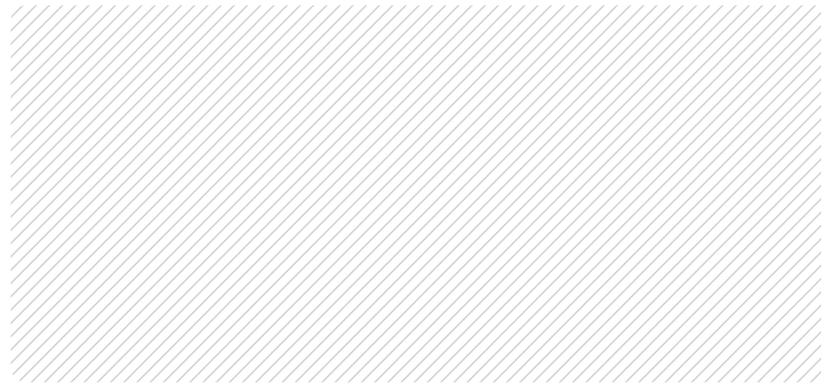
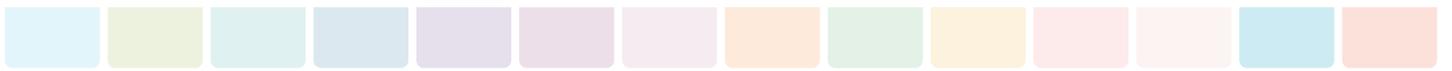
REDLINE
SEITE 167 – 174



HIGHLIGHTS WINTERREISE 2022
SEITE 175 – 185

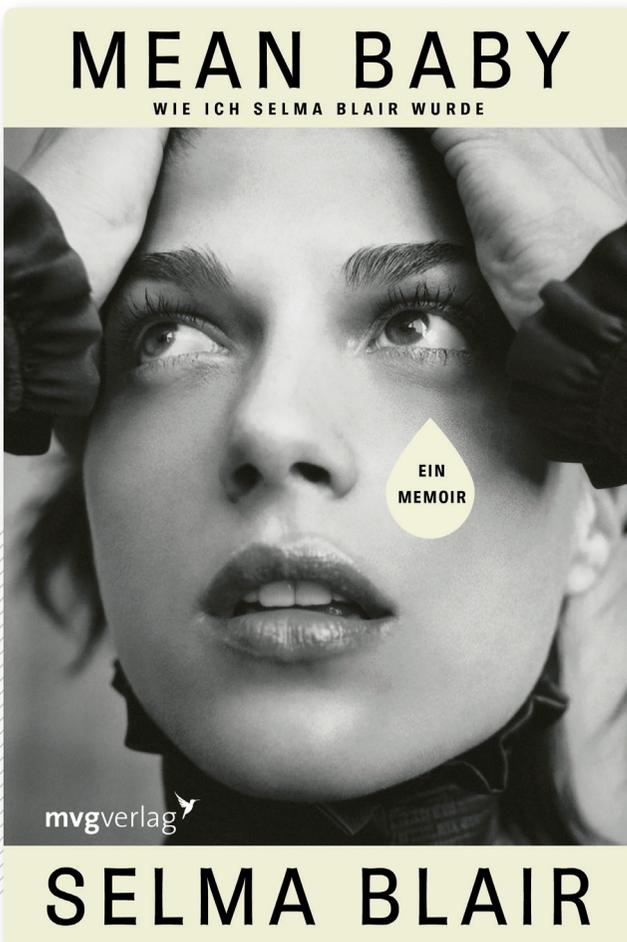


NOTIZEN
SEITE 186 – 190



MEAN BABY

Wie ich Selma Blair wurde.
Ein Memoir



★ **Das packende Memoir der berühmten Hollywoodschauspielerin Selma Blair über das Erwachsenwerden**

◀ **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. Rebel-lisch 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.

KRAFTVOLL, INTELLIGENT, WITZIG UND ZUTIEFST MENSCHLICH

Autor
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.

SB

Warengruppe
WG 1961

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
22,00 €

Seitenanzahl
368 Seiten

Format (Breite × Höhe)
145 × 215 mm

ISBN
978-3-7474-0509-3

Preis (AT)
22,70 €



UND WAS, WENN ES GUT WIRD?

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



★ **Reichweitenstarker Autor** präsentiert sein erfolgreiches Mindset-Coaching – das Buch für alle Sinn-sucher*innen

” Große Reichweite: **über 65.000 Follower bei Instagram**, 2,1 Mio. Podcast-Downloads pro Jahr

◀ 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!

UNTERHALTSAM, FUNDIERT UND PRAXISERFAHREN: DER AUTOR IST EIN EXPERTE AUF DEM GEBIET DER PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

Autor
Chris Bloom

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.



Warengruppe
WG 1481

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
17,00 €

Seitenanzahl
208 Seiten

Format (Breite x Höhe)
135 x 210 mm

ISBN
978-3-7474-0521-5

Preis (AT)
17,50 €



SCHEISS AUF DIE GLÜCKSFEE – DAS JOURNAL

Manifestiere dir Tag für Tag ein
(noch) schöneres Leben



★ **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

◀ 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.



SCHEISS AUF DIE GLÜCKSFEE! ICH MACH DAS JETZT SELBST
Wie du dir mit dem Gesetz der Anziehung alles manifestierst, was du dir wünschst
Engel Claudia
17,00 € (D) · 17,50 € (AT) **Format (L × H) 135 × 210 mm**
ISBN 978-3-7474-0340-2 **Best.-Nr. 260340**



SCHEISS AUF DIE GLÜCKSFEE
Manifestation leicht gemacht – 55 Impulse für ein glückliches Leben
Engel Claudia
8,00 € (D) · 8,00 € (AT) **Format (L × H) 70 × 100 mm**
ISBN 978-3-7474-0445-4 **Best.-Nr. 260445**



Autor
Claudia Engel

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.



Warengruppe
WG 1481

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
17,00 €

Seitenanzahl
240 Seiten

Format (Breite × Höhe)
148 × 210 mm

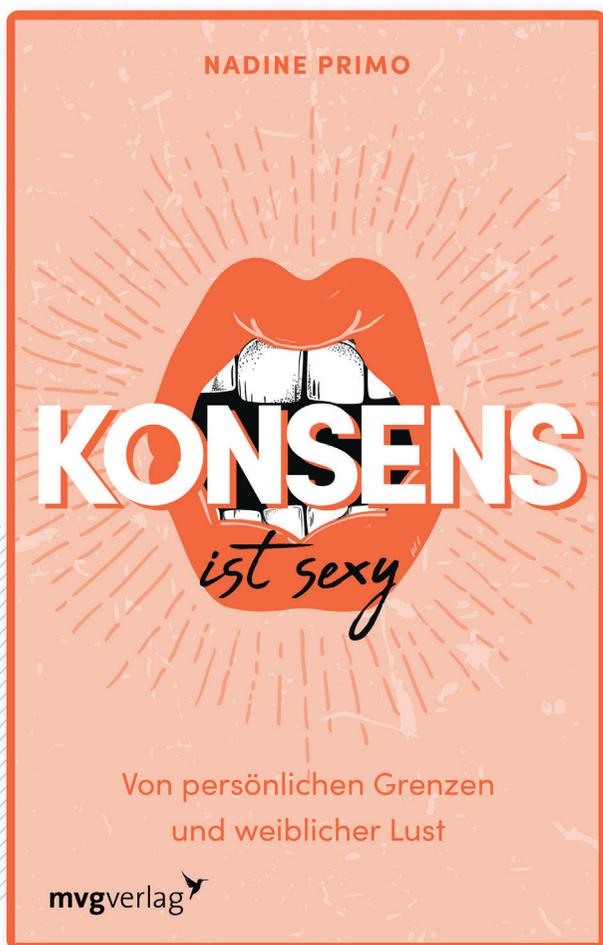
ISBN
978-3-7474-0542-0

Preis (AT)
17,00 €



KONSENS IST SEXY

Von persönlichen Grenzen und weiblicher Lust



★ **Social-Media-Trend:** Interesse an queeren Themen und Bewusstsein dafür geht mittlerweile über LGBTQI+-Community weit hinaus

” **Große Reichweite:** Nadine Primo ist durch ihren Insta-Kanal, 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.

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

Autor
Nadine Primo

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. Als Vertreterin der LGBTQI+-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.

NP

Warengruppe
WG 1973

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
17,00 €

Seitenanzahl
208 Seiten

Format (Breite x Höhe)
135 x 210 mm

ISBN
978-3-7474-0512-3

Preis (AT)
17,50 €



MACH'S MAL ANDERS!

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



★ *Das Leben ist kompliziert genug: So einfach machen wir es einfacher – mit den besten Fokussierungstipps des anerkannten Psychologen*

◀ **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.

DAS THEMA TRIFFT EINEN NERV: UNSERE LEBENSWELT WIRD IMMER KOMPLEXER IN ZEITEN VON KRISEN UND STÄNDIG WACHSENDER UNSICHERHEIT

Autor
Hans-Georg Willmann

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.



Warengruppe
WG 1481

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
192 Seiten

Format (Breite × Höhe)
135 × 210 mm

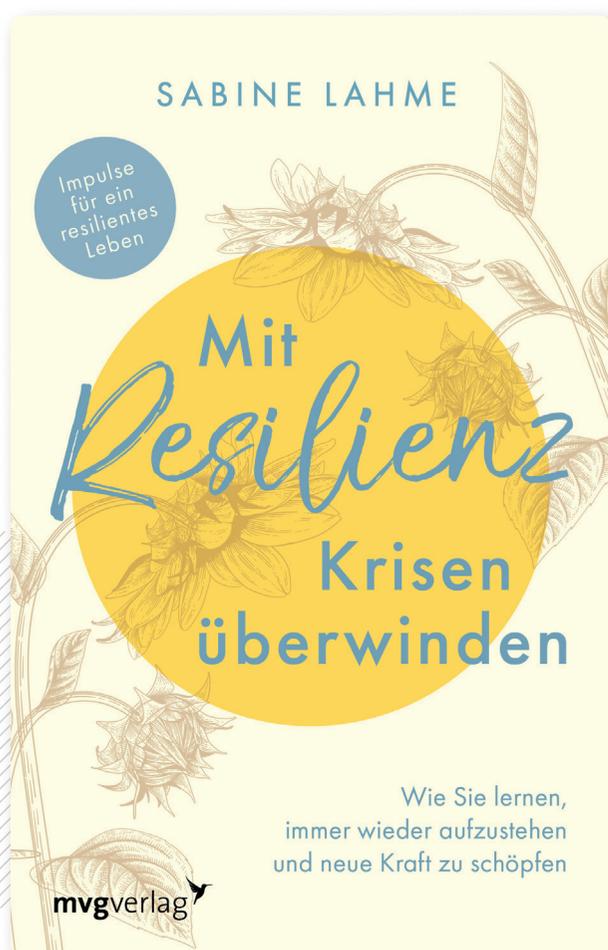
ISBN
978-3-7474-0510-9

Preis (AT)
15,50 €



MIT RESILIENZ KRISEN ÜBERWINDEN

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



★ **Topaktuelles Thema mit hoher Lesernachfrage:** Corona, Krieg, Inflation, Zukunftsangst – wie wir trotzdem gestärkt durchs Leben gehen

” **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.

KRISEN UND KEIN ENDE - SELTEN MUSSTEN WIR SO RESILIENT SEIN WIE HEUTE: SABINE LAHME ZEIGT, WIE WIR IN ZEITEN WIE DIESEN STARK BLEIBEN KÖNNEN

Autor
Sabine Lahme

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.



Warengruppe
WG 1481

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
17,00 €

Seitenanzahl
224 Seiten

Format (Breite x Höhe)
135 x 210 mm

ISBN
978-3-7474-0534-5

Preis (AT)
17,50 €



RAUS AUS DEM ALLTAG, REIN INS ABENTEUER!

50 Mikroabenteuer, die Spaß
und Erfüllung bringen



★ Die »Lebensabenteurer« Heiko Gärtner und Tobias Krüger sind **bekannt aus TV und Presse**

” **Von zweien, die es wissen müssen:** Heiko Gärtner und Tobias Krüger sind Survival-Experten und ausgebildete Wildnis-Trainer und leiten eine Wildnis-Schule

◀ **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. Und mit den vielen Variationsmöglichkeiten bekommen wir jede Menge Tipps, um weitere Abenteuer zu erleben. Wir müssen nur anfangen – denn jedes Abenteuer beginnt mit einem ersten Schritt.

VON DEN AUTOREN VON »KRANKHEITEN AUF EINEN BLICK ERKENNEN«
MIT ÜBER 27.000 VERKAUFTEN EXEMPLAREN

Autor
**Heiko Gärtner,
Tobias Krüger**

Heiko Gärtner ist u. a. Höhlenretter, Nationalparkranger und Survival-Experte. Er lebte für mehr als ein Jahr im Wald, besuchte verschiedene Naturvölker und wanderte 3300 Kilometer mit nichts als einer Steinzeitausrüstung. **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.



Warengruppe
WG 1973

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
18,00 €

Seitenanzahl
240 Seiten

Format (Breite x Höhe)
170 x 240 mm

ISBN
978-3-7474-0499-7

Preis (AT)
18,60 €



HUNDE-WISSEN FÜR KIDS

Alles, was du über Pflege, Training, Spiel und Spaß für deinen Vierbeiner wissen musst



★ **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.

DAS ULTIMATIVE HUNDE-KNOW-HOW MIT VIELEN KREATIVEN IDEEN UND TIPPS FÜR JUNGE HUNDELIEBHABER

Autor
Arden Moore

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.



Warengruppe
WG 1282

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
14,00 €

Seitenanzahl
144 Seiten

Format (Breite x Höhe)
190 x 240 mm

ISBN
978-3-7474-0503-1

Preis (AT)
14,40 €



KLUGE KIDS HABEN IHREN EIGENEN KOPF

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



★ **Die wichtigste Zukunftskompetenz unserer Kinder:** So lernen Kinder kritisches Denken im Informationszeitalter

” **Umfangreiches Know-how und konkrete (Denk-)Übungen** für jedes Alter

◀ **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. Die erfahrene Pädagogin gibt Eltern mit diesem Buch einen praktischen Leitfaden mit zahlreichen Übungen für den Alltag an die Hand und zeigt, wie Kinder in jedem Alter zu selbstbewussten und kritischen Denkern werden können.

INSTAGRAM, TIKTOK UND CO. - HIER GIBT ES ORIENTIERUNG FÜR DEN RICHTIGEN UMGANG MIT DER TÄGLICHEN INFORMATIONSFLUT

Autor
Julie Bogart

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.

JB

Warengruppe
WG 1484

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
19,00 €

Seitenanzahl
384 Seiten

Format (Breite × Höhe)
135 × 210 mm

ISBN
978-3-7474-0507-9

Preis (AT)
19,60 €



MIT MONTESSORI SPIELERISCH DIE WELT ENTDECKEN: SINNESWAHRNEHMUNG, MOTORISCHE FÄHIGKEITEN UND KOMPETENZEN FÜR DEN ALLTAG



★ **Montessori für zu Hause:** über 70 Spiele und Übungen für den Alltag

◀ **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 Schritt-für-Schritt-Anleitungen, die auf fundierten Erkenntnissen zur kindlichen Entwicklung beruhen, erwerben Kinder ab 2 Jahren mithilfe ihrer Vertrauenspersonen wichtige Alltagsfertigkeiten. Im kreativen Spiel lernen die Kinder unter anderem: •wie man die Jacke anzieht und die Schuhe bindet, •wie sich Geschmack und Beschaffenheit unterscheiden, •wie sich unterschiedliche Oberflächen anfühlen, •welche Formen zusammenpassen, •wie man Geräusche unterscheidet und vergleicht. Ein praktisches Anleitungsbuch für den Alltag – mit beliebten Übungen aus der Montessoripädagogik.

MIT STRUKTURIERTEN UND LEICHT VERSTÄNDLICHEN ANLEITUNGEN

Autor
Maja Pitamic

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 verkauft. 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.



Warengruppe
WG 1484

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
176 Seiten

Format (Breite x Höhe)
152 x 210 mm

ISBN
978-3-7474-0517-8

Preis (AT)
15,50 €



MIT MONTESSORI SPIELERISCH DIE WELT ENTDECKEN: WÖRTER UND ZAHLEN



★ **Die beliebte Montessori-Pädagogik** für die ersten Schritte zum Lesen, Schreiben und Rechnen

◀ »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 Schritt-für-Schritt-Anleitungen Kindern im Kindergartenalter das Rüstzeug, um mit dem Lesen, Schreiben und Rechnen zu beginnen, und wecken ihre Liebe zu Wörtern und Zahlen. Beim kreativen Spiel lernen die Kinder: •mit Requisiten Geschichten zu erfinden, •spielerisch das Lautalphabet auszusprechen, •mithilfe von Wort- und Zahlenkarten zu lesen, •gerade und ungerade Zahlen zu unterscheiden, •Zahlen zu addieren, und vieles mehr. Ein praktisches Anleitungsbuch für die ersten Schritte zum Lesen, Schreiben und Rechnen – mit beliebten Übungen aus der Montessoripädagogik.

MIT ÜBER 70 SPIELEN UND ÜBUNGEN FÜR DEN ALLTAG

Autor
Maja Pitamic

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 verkauft. 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.



Warengruppe
WG 1484

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
176 Seiten

Format (Breite x Höhe)
152 x 210 mm

ISBN
978-3-7474-0518-5

Preis (AT)
15,50 €



MANIFESTIEREN – LASS DEINE WÜNSCHE WIRKLICHKEIT WERDEN



- ★ **Nach dem Erfolg von »Scheiß auf die Glücksfee«** kommt jetzt die passende spirituelle Ergänzung als Geschenkbuch von G. Thackray
- » **Manifestation ist der neueste Trend** im Ratgeberbereich
- » **Mit vielen kurzen Übungen**, die für jeden leicht umsetzbar sind

◀ **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.

WUNDERSCHÖN GESTALTETES GESCHENKBUCH FÜR MIND-BODY-SPIRIT-FANS

Autor
Gill Thackray

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.



Warengruppe
WG 1481

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
14,00 €

Seitenanzahl
128 Seiten

Format (Breite × Höhe)
148 × 210 mm

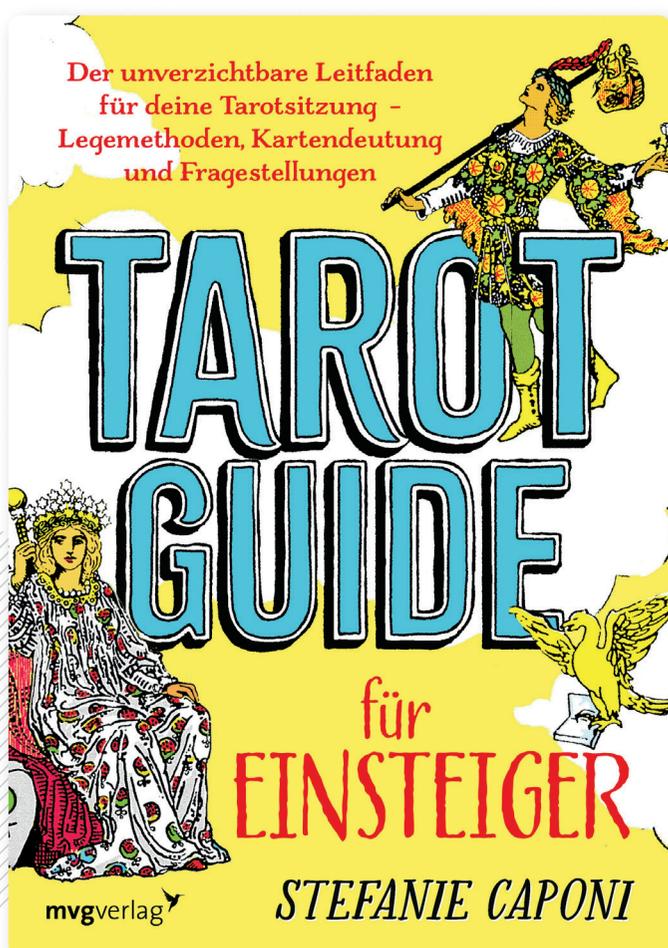
ISBN
978-3-7474-0511-6

Preis (AT)
14,40 €



TAROT-GUIDE FÜR EINSTEIGER

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



★ **Das ideale Einführungswerk zum neuen Tarot-Trend** in den Social Media – alles Wissenswerte über das Legen und Deuten der wegweisenden 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.

**KLASSISCHER EINSTIEG IN DIE TAROT-WELT:
MIT DEN ORIGINALKARTENBILDERN VON RIDER WAITE**

Autor
Stefanie Caponi

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.

SC

Warengruppe
WG 1474

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
20.06.2023

Preis (DE)
14,00 €

Seitenanzahl
240 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

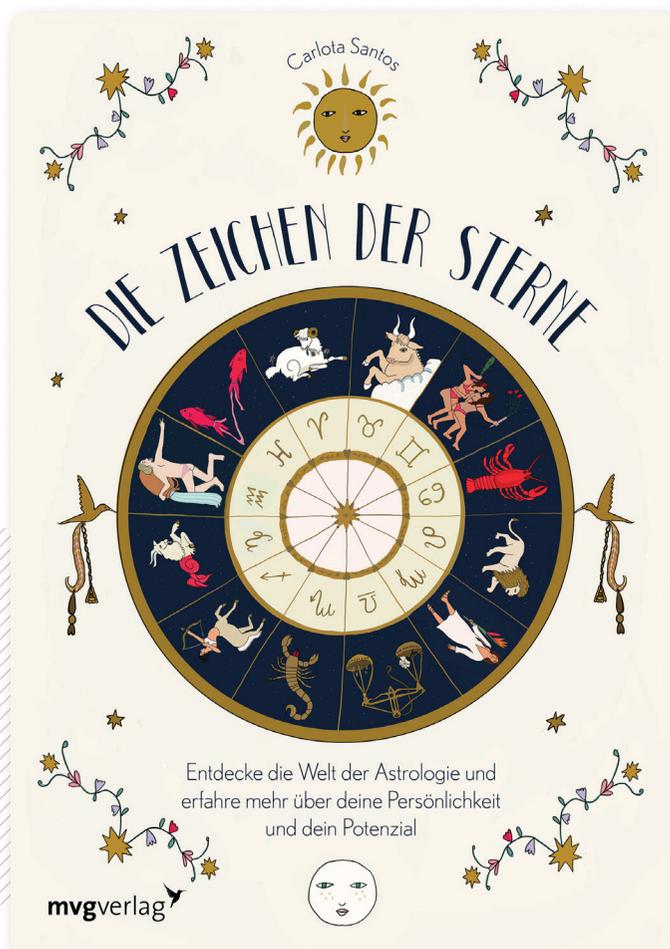
ISBN
978-3-7474-0551-2

Preis (AT)
14,40 €



DIE ZEICHEN DER STERNE

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



★ **Noch nie war das Trendthema Astrologie so schön:** Der einzigartig illustrierte Bestseller aus Spanien kommt endlich auf Deutsch

” **Wunderschönes Geschenk** für alle, die mehr über ihre Persönlichkeit und die Kraft der Sterne 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 und mehr über ihre Persönlichkeit und ihr Potenzial erfahren.

RIESIGER ERFOLG IM AUSLAND: DAS BUCH WURDE ÜBER 14.000 MAL IN SPANIEN VERKAUFT UND SCHON IN FÜNF LÄNDER LIZENZIERT

Autor
Carlota Santos

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.



Warengruppe
WG 1473

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
17,00 €

Seitenanzahl
160 Seiten

Format (Breite x Höhe)
170 x 240 mm

ISBN
978-3-7474-0502-4

Preis (AT)
17,50 €



DEIN NATUR-RETREAT

Mit den vier Elementen zu innerer Ruhe und Kraft finden



★ Kraft schöpfen mit den vier Elementen

◀ **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.

NACH WALDBADEN DER NEUE NATURTREND.

Autor
Anita Maas



Warengruppe
WG 1470

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
16,00 €

Seitenanzahl
208 Seiten

Format (Breite x Höhe)
135 x 210 mm

ISBN
978-3-7474-0547-5

Preis (AT)
16,50 €



AM ARSCH VORBEI GEHT AUCH EIN WEG

Backlist-Titel



AM ARSCH VORBEI GEHT AUCH EIN WEG

Wie sich dein Leben verbessert,
wenn du dich endlich locker machst

Reinwarth, Alexandra

16,99 € (D) · 17,50 € (AT)

ISBN 9783868826661

Format (L × H) 135 × 210 mm

Best.-Nr. 240666



AM ARSCH VORBEI - DER GELASSENHEITSTEE

Reinwarth, Alexandra

7,99 € (D) · 9,00 € (AT)

ISBN 9783868829792

Format (L × H) 140 × 75 mm

Best.-Nr. 240979



AM ARSCH VORBEI GEHT AUCH EIN WEG - FÜR MÜTTER

Wie sich dein Leben mit Kind verbessert,
wenn du dich endlich locker machst

Reinwarth, Alexandra

10,00 € (D) · 10,30 € (AT)

ISBN 9783868828375

Format (L × H) 125 × 187 mm

Best.-Nr. 240837



AM ARSCH VORBEI GEHT AUCH EIN WEG - JETZT ERST RECHT

Entspannt bleiben trotz Vollspackos und anderer Widrigkeiten.
Die Fortsetzung des Weltbestsellers.

Reinwarth, Alexandra

16,99 € (D) · 17,50 € (AT)

ISBN 9783747402184

Format (L × H) 135 × 210 mm

Best.-Nr. 260218



AM ARSCH VORBEI GEHT AUCH EIN WEG - FÜR DEN JOB

Reinwarth, Alexandra

10,00 € (D) · 10,30 € (AT)

ISBN 9783868828382

Format (L × H) 125 × 187 mm

Best.-Nr. 240838



OMMH ARSCH VORBEI GEHT AUCH EIN WEG

Wie man den Sinn des Lebens findet,
indem man aufhört, danach zu suchen

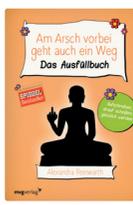
Reinwarth, Alexandra

16,99 € (D) · 17,50 € (AT)

ISBN 9783868828856

Format (L × H) 135 × 210 mm

Best.-Nr. 240885



AM ARSCH VORBEI GEHT AUCH EIN WEG

Das Ausfüllbuch

Reinwarth, Alexandra

9,99 € (D) · 10,30 € (AT)

ISBN 9783868827842

Format (L × H) 170 × 240 mm

Best.-Nr. 240784



AM ARSCH VORBEI GEHT AUCH EIN WEG: ADVENTSKALENDER

Der Adventskalender gegen Geschenke-Wahn
und Plätzchen-Irrsinn

Reinwarth, Alexandra

6,99 € (D) · 7,20 € (AT)

ISBN 9783868829013

Format (L × H) 150 × 105 mm

Best.-Nr. 240901



AM ARSCH VORBEI GEHT AUCH EIN WEG:

DAS MALBUCH

Reinwarth, Alexandra

8,99 € (D) · 9,30 € (AT)

ISBN 9783868828146

Format (L × H) 215 × 280 mm

Best.-Nr. 240814



AM ARSCH VORBEI GEHT AUCH EIN WEG - FÜR DEN HAUSHALT

Reinwarth, Alexandra

10,00 € (D) · 10,30 € (AT)

ISBN 9783868828399

Format (L × H) 125 × 187 mm

Best.-Nr. 240839



»WENN ICH WAS MACHE, MACH ICH'S GSCHEID«

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



★ **Ex-Biathletin Laura Dahlmeier über ihre große Leidenschaft:** das Bergsteigen

» **Ein starkes Plädoyer** dafür, die eigenen Träume Wirklichkeit werden zu lassen und ein erfülltes Leben zu führen

◀ **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. Laura liebt die Freiheit, die sich im Gebirge besonders gut ausleben lässt – und motiviert auch uns, unsere Träume zu verwirklichen.

HOHES MEDIENINTERESSE: DIE AUTORIN STEHT FÜR PRESSE ZUR VERFÜGUNG UND ALS TV-EXPERTIN (ZDF) IM FOKUS DER ÖFFENTLICHKEIT

Autor

**Laura Dahlmeier,
Franziska Kuçera**

Laura Dahlmeier, 1993 in Garmisch-Partenkirchen geboren, gewann als Biathletin den Gesamtweltcup und sieben Goldmedaillen bei Weltmeisterschaften. Auf dem Höhepunkt ihrer Karriere wurde sie 2018 in Pyeongchang zweifache Olympiasiegerin. Im Mai 2019 trat sie mit nur 25 Jahren vom Leistungssport zurück. **Franziska Kuçera**, 1982 geboren und in Oberbayern aufgewachsen, ist von Kindesbeinen an in den Bergen unterwegs. Inzwischen entwickelt und betreut sie im Redaktionsbüro DIE WORTSTATT unterschiedliche Medienprojekte. Sie lebt mit ihrer Familie in Grafing bei München.



Warengruppe
WG 1971

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
18,00 €

Seitenanzahl
224 Seiten

Format (Breite × Höhe)
135 × 210 mm

ISBN
978-3-7423-2176-3

Preis (AT)
18,60 €



HYPED. BOCK. ANGRIFF

Überwinde deine Ängste und stürz dich ins Abenteuer. Mit den besten Survival-Tipps und Überlebenstechniken



★ **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 nach draußen, in die wilde Natur!

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

Autor
Fabio Schäfer

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.



Warengruppe
WG 1971

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
18,00 €

Seitenanzahl
208 Seiten

Format (Breite × Höhe)
135 × 210 mm

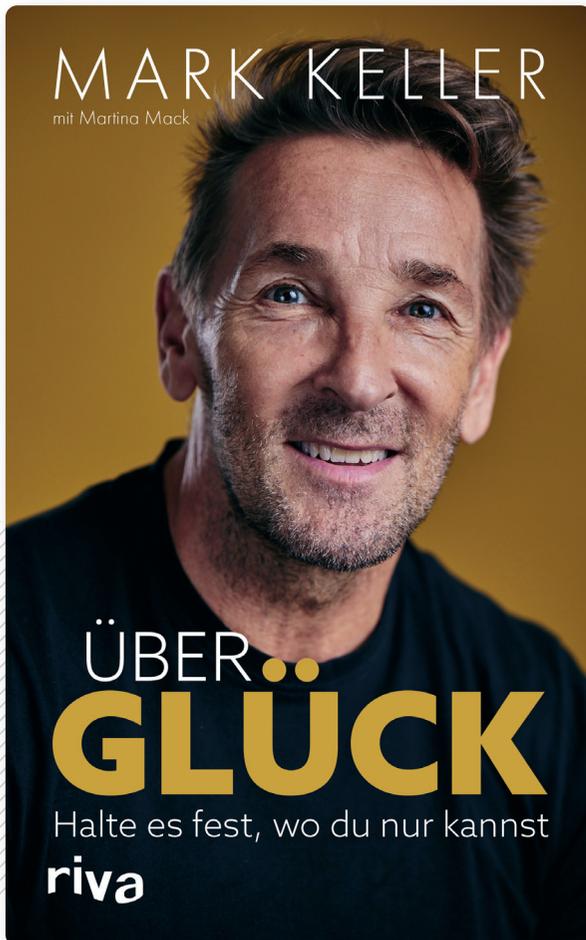
ISBN
978-3-7423-2286-9

Preis (AT)
18,60 €



ÜBER GLÜCK

Halte es fest, wo du nur kannst



★ **»Bergdokter«-Star Mark Keller über das Wichtigste im Leben – das große und kleine Glück**

» **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 Bergdokter« zum puren Glücksfall werden kann. Die Geschichten seines Lebens zeigen: Das Glück steckt oft in den kleinen Dingen – wir müssen es nur festhalten.

GROSSE REICHWEITE: 165.000 FOLLOWER AUF INSTAGRAM, 100.000 FACEBOOK-FANS, 40.000 FOLLOWER AUF TIKTOK

Autor

**Mark Keller,
Martina Mack**

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 hat zwei Söhne und lebt in Köln und am Bodensee. **Martina Mack**, geboren in Karlsruhe, arbeitet nach ihrer Ausbildung an der Deutschen Journalistenschule einige Jahre als Redakteurin und ist heute als freie Autorin und Inhaberin einer Presse-Agentur tätig.



Warengruppe
WG 1961

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
20,00 €

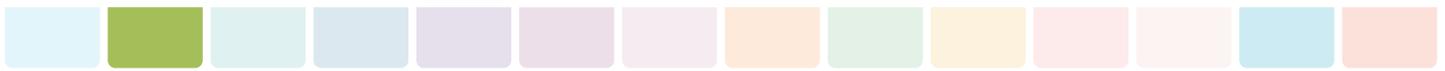
Seitenanzahl
224 Seiten

Format (Breite x Höhe)
135 x 215 mm

ISBN
978-3-7423-2114-5

Preis (AT)
20,60 €





SACHBUCH

riva

DER BESTE MENSCH DER WELT

Wie ich es schaffte, die Spitze der Nahrungskette zu erklimmen



★ **Für alle Fans** des feinsinnigen Humors à la Heinz Strunk, Rocko Schamoni und Walter Moers

◀ **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. Ein Erfolg, den er weder einer eigenen Eisteemärke noch irgendwelchen Fitnessgurus zu verdanken hat, sondern allein sich selbst und seinem Mindset. Und die Tipps, die Erfolgsautor Panzer am Ende fast jedes Kapitels gibt, werden Lebensläufe ändern. Ob zum Besseren oder Schlechteren liegt in unserer Hand. Sicher ist nur, wer sie befolgt und sich trotzdem nicht schöner, gesünder und fitter fühlt, ist selbst schuld! Und wenn der Verlag das Manuskript nicht gekürzt hat, gelangen wir am Ende dieses fesselnden Kriminalromans noch an das Rezept für das perfekte Rührei.

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

Autor
Panik Panzer,
Martin Seeliger

Panik Panzer ist Rapper, neuerdings Autor und verantwortlich für die steigenden Mieten in Berlin. Der Mitbegründer der großen Antilopen Gang wurde in Aachen geboren und kann alles. **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).



Warengruppe
WG 1971

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
17,00 €

Seitenanzahl
208 Seiten

Format (Breite x Höhe)
135 x 210 mm

ISBN
978-3-7423-2335-4

Preis (AT)
17,50 €



ZEIT WISSEN – WOHER WEISST DU DAS?

Wissenschaft, Alltag, Gesellschaft –
hier bekommst du alle Antworten,
die du so nicht googeln kannst



★ Der »ZEIT WISSEN«-Podcast »Woher weißt du das?« **mit über 300.000 Downloads pro Monat** gehört zu den TOP 3 der Wissenschaftspodcasts

» 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.



ZEIT LEO – AUF INS ABENTEUER

Das Outdoor-Erlebnisbuch mit spannenden Survival-Tipps und tollen Mitmach-Ideen für jede Jahreszeit

14,00 € (D) · 14,40 € (AT) Format (L × H) 170 × 240 mm
ISBN 978-3-7423-2050-6 Best.-Nr. 132050



DIE ZEIT »ALLES GESAGT?«

Das A-oder-B-Kartenspiel

10,00 € (D) · 10,00 € (AT) Format (L × H) 70 × 100 mm
ISBN 978-3-7423-2251-7 Best.-Nr. 132251



Warengruppe
WG 1973

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
208 Seiten

Format (Breite × Höhe)
135 × 205 mm

ISBN
978-3-7423-2310-1

Preis (AT)
15,50 €



ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5

Die häufigsten Kinderfragen
einfach beantwortet



★ Die Vorgänger-Bände haben sich insgesamt **über 320.000 Mal verkauft**

» 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.



ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5

Gender, Diversity und LGBTQIA*

Cnyrim Petra; Goddemeier Sebastian

10,00 € (D) · 10,30 € (AT)

ISBN 978-3-7423-2197-8

Format (L × H) 135 × 205 mm

Best.-Nr. 132197



ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5

Komplizierte Sachverhalte einfach dargestellt

Cnyrim Petra

9,99 € (D) · 10,30 € (AT)

ISBN 978-3-7423-0283-0

Format (L × H) 135 × 205 mm

Best.-Nr. 130283



Autor
Petra Cnyrim

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.



Warengruppe
WG 1910

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
10,00 €

Seitenanzahl
208 Seiten

Format (Breite × Höhe)
135 × 205 mm

ISBN
978-3-7423-2262-3

Preis (AT)
10,30 €



SO GEHT RECHT

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



★ Die Bücher von »Jurafakten«, »Herr Anwalt« und »Der Taschenanwalt« schaffen es **regelmäßig auf die Bestsellerlisten**

» **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 herum schnüffeln? 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, obwohl wir es vielleicht verboten wähen, und was andere nicht von uns verlangen dürfen.

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

Autor
Christian Klages

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«.



Warengruppe
WG 1770

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
12,00 €

Seitenanzahl
176 Seiten

Format (Breite × Höhe)
135 × 210 mm

ISBN
978-3-7423-2314-9

Preis (AT)
12,40 €



WIE SERIENMÖRDERINNEN DENKEN

Ein schockierender Blick in die
Abgründe des Bösen



★ **Wenn Frauen töten** – Englands bekanntester Kriminologe erklärt die Psyche der gefährlichsten Serienmörderinnen der Welt

99 **Acht spektakuläre Fälle, bei denen Frauen zu Täterinnen wurden:** So schockierend können nur wahre Verbrechen sein!

◀ **Frauen morden anders als Männer.** Während Männer oft zu roher Gewalt neigen, gehen Frauen oftmals heimtückischer und raffinierter vor. Der weltweit angesehene britische Kriminologe Christopher Berry-Dee widmet sich einem der letzten großen Tabus und taucht in die Abgründe der weiblichen Psyche ein. In *Wie Serienmörderinnen denken* deckt er auf, warum und wie Frauen in Serie töten. Ob Beverley Allitt, die als Kinderkrankenschwester u. a. ein sieben Wochen altes Baby und einen elfjährigen Jungen ermordete, oder Rosemary West, die ihren Mann dazu brachte, mit ihr mindestens zehn Morde zu begehen – dieses Buch beweist: Nur weil Frauen seltener morden als Männer, bedeutet das nicht, dass sie dabei weniger grausam und kaltblütig vorgehen.



WIE PSYCHOPATHEN DENKEN

Eine schockierende Reise in die tiefsten Abgründe der menschlichen Seele

Berry-Dee Christopher

22,00 € (D) · 22,70 € (AT)

ISBN 978-3-7423-2049-0

Format (L × H) 145 × 215 mm

Best.-Nr. 132049



WIE SERIENMÖRDER DENKEN

Ein schockierender Blick in die Abgründe des Bösen

Berry-Dee Christopher

24,99 € (D) · 25,70 € (AT)

ISBN 978-3-7423-1545-8

Format (L × H) 145 × 215 mm

Best.-Nr. 131545



Autor
**Christopher
Berry-Dee**

Christopher Berry-Dee wurde 1948 im englischen Winchester geboren. Er ist Gründungsdirektor des Criminology Research Institute und war Herausgeber der Zeitschrift *The Criminologist*. Berry-Dee hat die berühmtesten (Serien)mörder und -mörderinnen der Welt interviewt und verhört. Seine Bücher sind in Großbritannien Bestseller und zählen bereits jetzt zu den Klassikern der True-Crime-Literatur.



Warengruppe
WG 1973

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
22,00 €

Seitenanzahl
288 Seiten

Format (Breite × Höhe)
145 × 215 mm

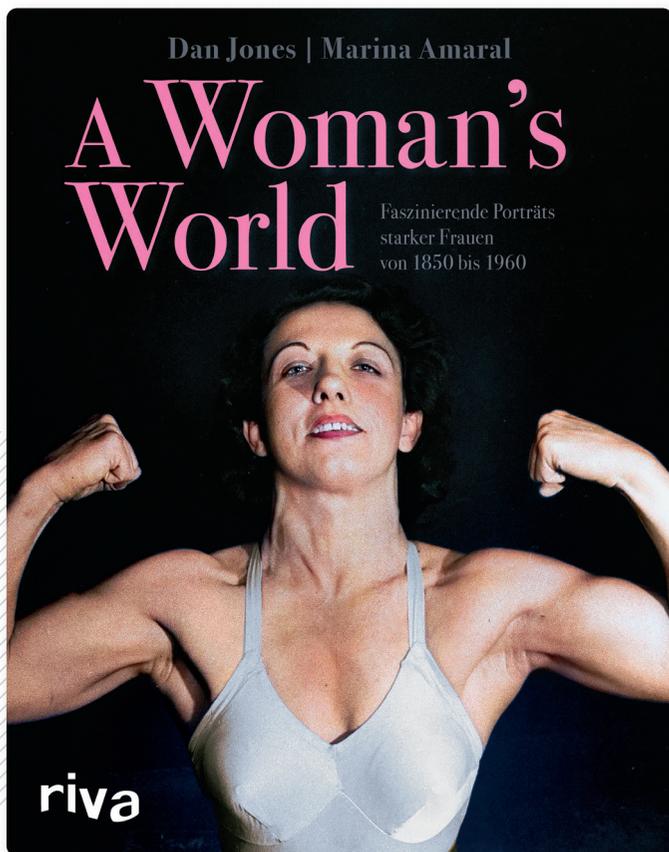
ISBN
978-3-7423-2234-0

Preis (AT)
22,70 €



A WOMAN'S WORLD

Faszinierende Porträts starker Frauen
von 1850 bis 1960



★ **Bestsellerverdächtige Zielgruppe:**

»Frauen, die lesen, sind gefährlich«

verkaufte sich über 45.000 Mal

◀ **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 Marilyn 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. Boten sich uns die fotografischen Porträts dieser Frauen bisher in kühlem Schwarz-Weiß dar, so werden sie durch die Kolorierung der Künstlerin Marina Amaral zum Leben erweckt. Ergänzt durch informative Begleittexte des Historikers Dan Jones bilden sie eine einzigartige Weltengeschichte der Frauen ab der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts – ein Buch, das all die weiblichen Vorbilder feiert, über die immer noch viel zu wenig gesprochen wird.

SPEKTAKULÄRE FOTOKUNST: ÜBER 200 BEEINDRUCKENDE FRAUENPORTRÄTS IN LEUCHTENDEN FARBEN UND AUFSCHLUSSREICHEN DARSTELLUNGEN

Autor

**Dan Jones,
Marina Amaral**

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.



Warengruppe
WG 1941

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
30,00 €

Seitenanzahl
432 Seiten

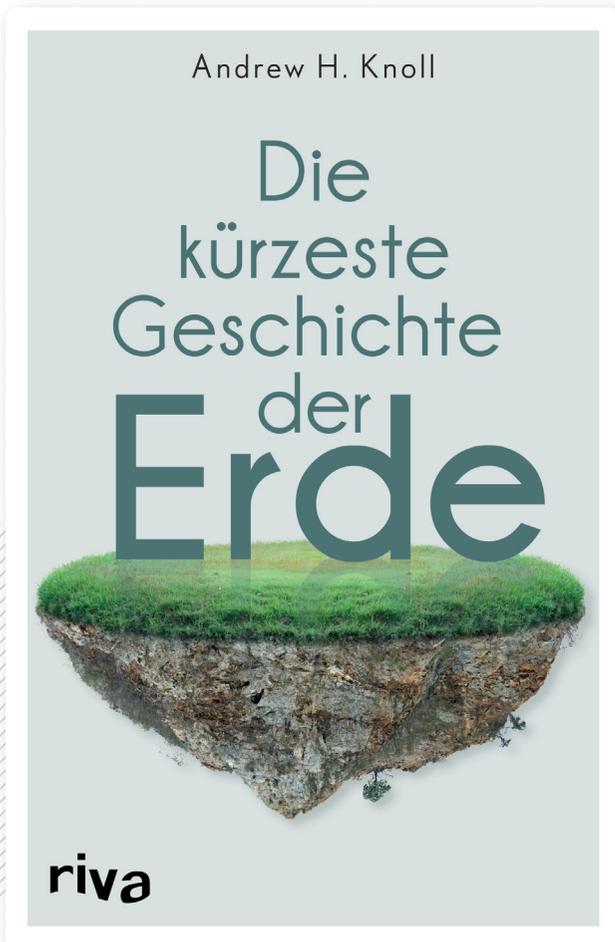
Format (Breite x Höhe)
190 x 240 mm

ISBN
978-3-7423-2331-6

Preis (AT)
30,90 €



DIE KÜRZESTE GESCHICHTE DER ERDE



★ **»Kurze Geschichte«-Bücher liegen im Trend:** Yuval Noah Hararis »Eine kurze Geschichte der Menschheit« hat sich über 1,4 Millionen Mal verkauft

99 **Spannende Fakten, hilfreiche Grafiken und informative Schaubilder** über unseren Heimatplaneten und seine Entwicklungsgeschichte

◀ **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.

SCHICHT UM SCHICHT: UNSERE ERDE AUS ACHT VERSCHIEDENEN NATURWISSENSCHAFTLICHEN BLICKWINKELN - KOMPAKTES WISSEN LEICHT UND UNTERHALTSAM

Autor
Andrew H. Knoll



Warengruppe
WG 1940

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
224 Seiten

Format (Breite x Höhe)
135 x 205 mm

ISBN
978-3-7423-2334-7

Preis (AT)
15,50 €



RED HOT CHILI PEPPERS – 40 JAHRE ROCKGESCHICHTE

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

Paul Christoph Gäbler

RED HOT CHILI PEPPERS

40 JAHRE ROCKGESCHICHTE

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



- ★ **40 Jahre Red Hot Chili Peppers: die besten Storys** pünktlich zum Band-Jubiläum
- » **Ein echter Longseller:** Die Biografie »Scar Tissue« von Frontmann Anthony Kiedis hat sich über 10.000 Mal verkauft

◀ 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.



DIE ÄRZTE – 40 JAHRE PUNK

Von der Skandalband zum Kultstatus
Gäbler Paul Christoph

10,00 € (D) · 10,30 € (AT)
ISBN 978-3-7423-2231-9

Format (L × H) 135 × 215 mm
Best.-Nr. 132231



Autor

**Paul Christoph
Gäbler**

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«.



Warengruppe
WG 1961

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
24.01.2023

Preis (DE)
10,00 €

Seitenanzahl
128 Seiten

Format (Breite × Höhe)
135 × 215 mm

ISBN
978-3-7423-2371-2

Preis (AT)
10,30 €



ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5

Backlist-Titel



ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5
Komplizierte Sachverhalte einfach dargestellt
Cnyrim, Petra
9,99 € (D) · 10,30 € (AT) **Format (L x H)** 135 x 205 mm
ISBN 9783742302830 **Best.-Nr.** 130283



ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5
Kinderfragen einfach beantwortet
Cnyrim, Petra
9,99 € (D) · 10,30 € (AT) **Format (L x H)** 135 x 205 mm
ISBN 9783742308702 **Best.-Nr.** 130870



ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5
Die Welt von heute
Cnyrim, Petra
9,99 € (D) · 10,30 € (AT) **Format (L x H)** 135 x 205 mm
ISBN 9783742311368 **Best.-Nr.** 131136



**ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5 –
DAS AUSSERGEWÖHNLICHE WISSENSSPIEL**
Cnyrim, Petra; Graf, Carolina
8,99 € (D) · 8,99 € (AT) **Format (L x H)** 70 x 100 mm
ISBN 9783742318474 **Best.-Nr.** 130847



ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5 – KINDERFRAGEN EINFACH BEANTWORTET
Das außergewöhnliche Wissensspiel für Kinder
Graf, Carolina; Cnyrim, Petra
8,99 € (D) · 8,99 € (AT) **Format (L x H)** 70 x 100 mm
ISBN 9783742312341 **Best.-Nr.** 131234



ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5
Wirtschaft
Cnyrim, Petra
10,00 € (D) · 10,30 € (AT) **Format (L x H)** 135 x 205 mm
ISBN 9783742318565 **Best.-Nr.** 131856



ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5
Klimawandel
Cnyrim, Petra
10,00 € (D) · 10,30 € (AT) **Format (L x H)** 135 x 205 mm
ISBN 9783742320308 **Best.-Nr.** 132030



ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5 – DIE WELT VON HEUTE
Das Wissensspiel zu den spannendsten Fragen unserer Zeit
Graf, Carolina; Cnyrim, Petra
8,99 € (D) · 8,99 € (AT) **Format (L x H)** 70 x 100 mm
ISBN 9783742312358 **Best.-Nr.** 131235



ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5
Gender, Diversity und LGBTQIA*
Cnyrim, Petra; Goddemeier, Sebastian
10,00 € (D) · 10,30 € (AT) **Format (L x H)** 135 x 205 mm
ISBN 9783742321978 **Best.-Nr.** 132197



ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5 – DER ADVENTSKALENDER
24 spannende Fragen rund um Weihnachten
Cnyrim, Petra
7,99 € (D) · 7,99 € (AT) **Format (L x H)** 150 x 105 mm
ISBN 9783742313782 **Best.-Nr.** 131378



EINFACH. LECKER. BROT.

Richtig gutes Brot, Brötchen
und Gebäck

★ **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 TikTokker 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: Auch bereits erfahrene Bäcker lernen hier noch etwas dazu. Hiermit zaubert man zu Hause für Familie und Freunde herrlich duftende frische Brötchen, saftiges Sauerteigbrot, zartes Hefegebäck, knuspriges Stangenbrot und leckere süße Backwaren. Das einzige Brotbackbuch, das man braucht!



**JO SEMOLA UND SEINE VIDEOS SIND EIN SOCIAL-MEDIA-PHÄNOMEN:
ZUSÄTZLICH ÜBER 150.000 FOLLOWER BEI INSTAGRAM**

Autor
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.



Warengruppe
WG 1457

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
15.11.2022

Preis (DE)
25,00 €

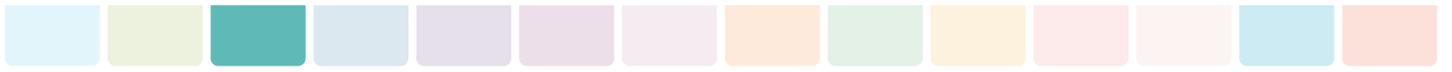
Seitenanzahl
160 Seiten

Format (Breite × Höhe)
190 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2283-8

Preis (AT)
25,80 €





BASENFASTEN

Wie Sie die Selbstheilungskräfte
Ihres Körpers aktivieren



★ **Erfolgsautorin Andrea Sokol mit über 24.000 verkauften Exemplaren**

” **Wichtige Fakten zu den unterschiedlichen Fastenarten, positiven Effekten auf Körper und Seele und dem Ablauf einer Fastenkur**

” **Praktische Übungen zur Organ-
gymnastik**

◀ **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, Organ-
gymnastik und Seelenfasten spielen, runden das Buch perfekt ab.

**SCHNELLE, EINFACHE UND LECKERE REZEPTE ZUM SMOOTHIE-,
SUPPEN- UND BASENFASTEN**

Autor
Andrea Sokol

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.



Warengruppe
WG 1456

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
24.01.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
144 Seiten

Format (Breite × Höhe)
190 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2260-9

Preis (AT)
20,60 €

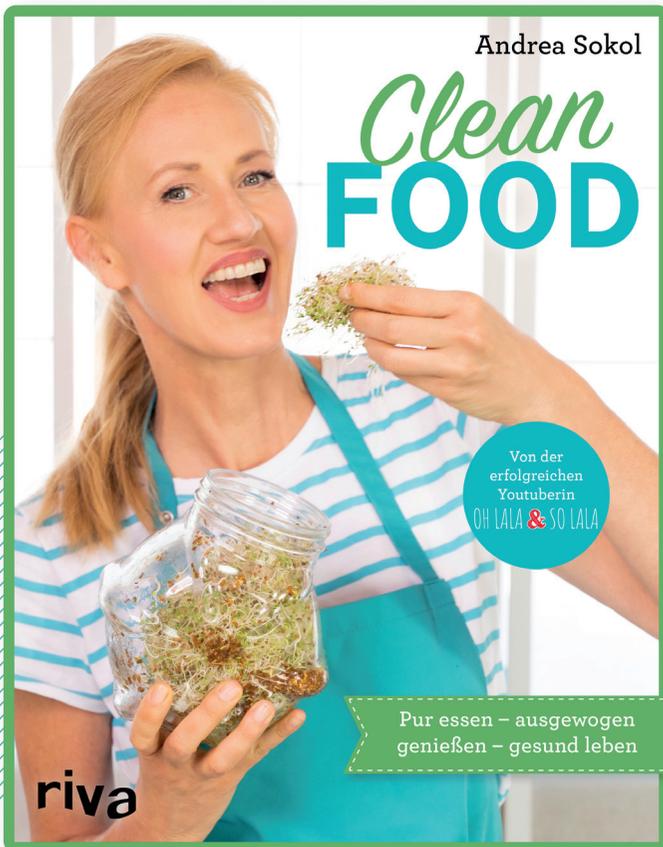




CLEAN FOOD

Pur essen – ausgewogen genießen –
gesund leben

riva



★ **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!

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

Autor
Andrea Sokol

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.



Warengruppe
WG 1455

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
144 Seiten

Format (Breite x Höhe)
190 x 240 mm

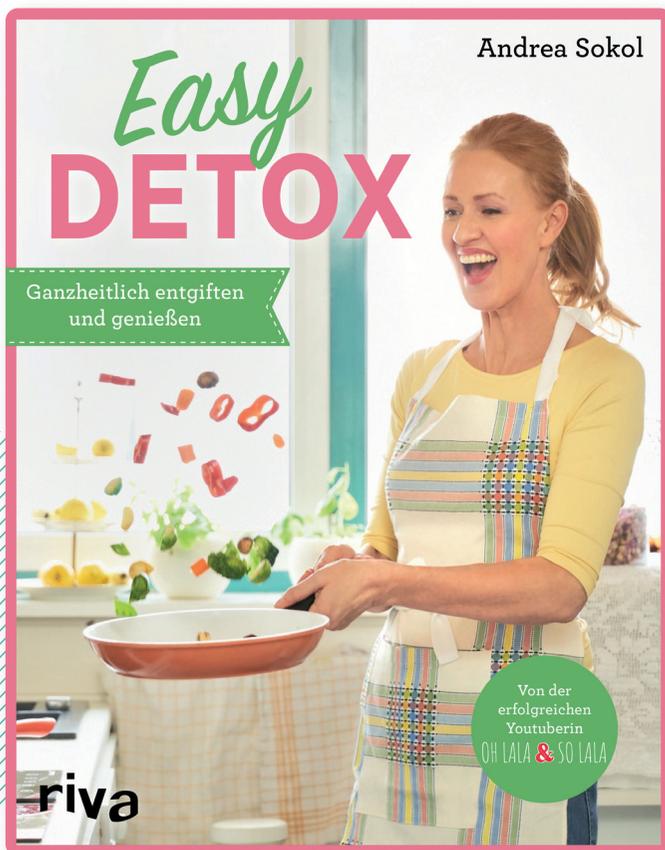
ISBN
978-3-7423-2259-3

Preis (AT)
20,60 €



EASY DETOX

Ganzheitlich entgiften und genießen



★ **Detox leicht gemacht** mit Erfolgsautorin Andrea Sokol

” **Einfache Basics zum Thema Detox**

” **Ballaststoffreiche und ausgewogene Rezepte** für jeden Tag

◀ 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. Gesundes Frühstück, wärmende Suppen, leckere Snacks und ausgewogene Hauptgerichte machen es ganz leicht, die Kur einzuhalten und so abzunehmen, den Körper zu entschlacken und das Immunsystem zu stärken.

TOLLE TIPPS FÜR DETOX VON AUSSEN: ÖLZIEHEN, BÄDER UND BÜRSTENMASSAGEN

Autor
Andrea Sokol

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.



Warengruppe
WG 1456

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
24.01.2023

Preis (DE)
20,00 €

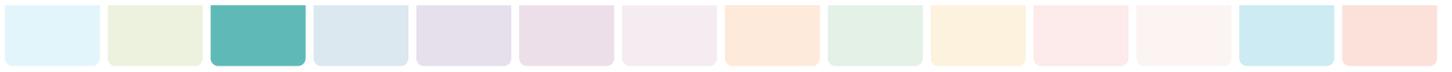
Seitenanzahl
144 Seiten

Format (Breite × Höhe)
190 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2261-6

Preis (AT)
20,60 €





OMAS SCHNELLE KÜCHE

Liebblingsgerichte ohne Schnickschnack



★ **Über 16.000 verkaufte Exemplare** des Erfolgstitels »Aus Omas Küche«

” **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 Schweinemedallions 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!

AUS OMAS KÜCHE

Liebblingsgerichte aus der guten alten Zeit
Callekocht

19,99 € (D) · 20,60 € (AT) Format (L × H) 190 × 240 mm
ISBN 978-3-7423-1757-5 Best.-Nr. 131757



AUS OMAS OFEN

Liebblingsgerichte aus der guten alten Zeit
Callekocht

19,00 € (D) · 19,60 € (AT) Format (L × H) 190 × 240 mm
ISBN 978-3-7423-2206-7 Best.-Nr. 132206



Autor
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.



Warengruppe
WG 1455

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
19,00 €

Seitenanzahl
128 Seiten

Format (Breite × Höhe)
190 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2320-0

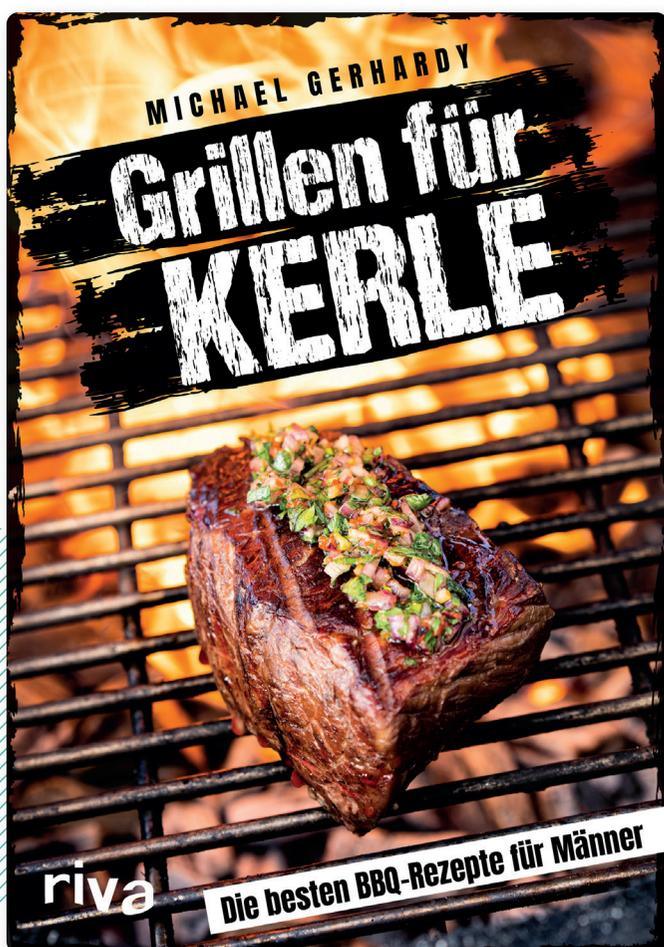
Preis (AT)
19,60 €



GRILLEN FÜR KERLE

Die besten BBQ-Rezepte für Männer

riva



- ★ **Grillrezepte, die Männern garantiert schmecken**
- 📖 **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 wärmerer 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.

GRILLEN GEHÖRT VOR ALLEM IM SOMMER ZU DEN BELIEBTESTEN FREIZEITBESCHÄFTIGUNGEN DER DEUTSCHEN

Autor
Michael Gerhardy

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.



Warengruppe
WG 1455

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
160 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2325-5

Preis (AT)
20,60 €



KERAMIKGRILL: DAS REZEPTBUCH

Einfache und leckere Grillideen



- ★ **Der Keramikgrill ist eines der beliebtesten Grillgeräte auf dem Markt**
- ” **Leckere und einfache Grillideen für den Alltag**
- ” **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!

**HOCHWERTIGE BILDER VON GRILLEXPERTE,
FOODSTYLIST UND FOTOGRAF MICHAEL GERHARDY**

Autor
Michael Gerhardy

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.



Warengruppe
WG 1455

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
112 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2382-8

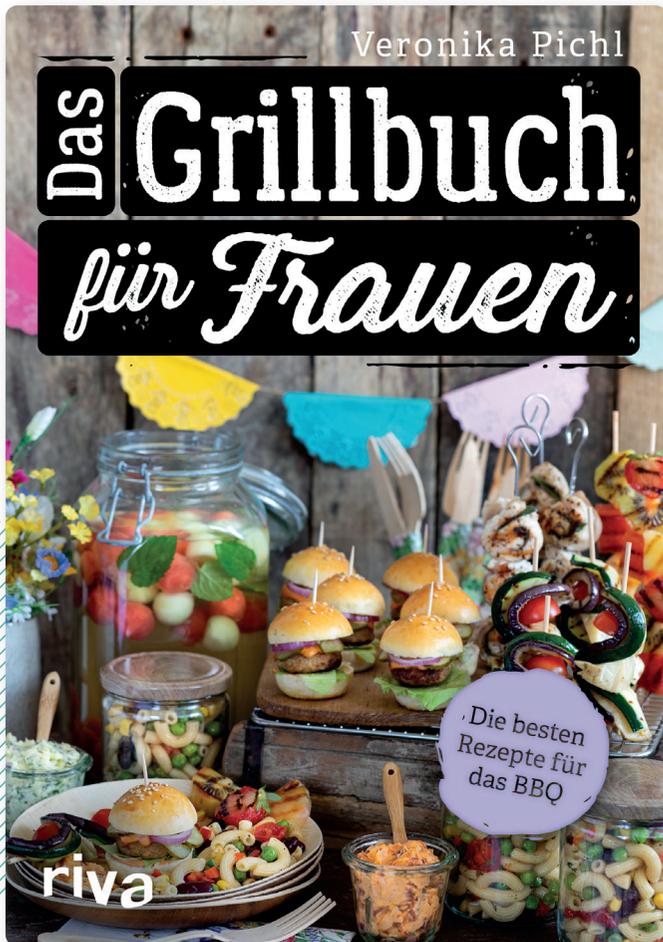
Preis (AT)
15,50 €



DAS GRILLBUCH FÜR FRAUEN

Die besten Rezepte für das BBQ

riva



- ★ **Endlich: das Buch für alle Grillmeisterinnen!**
- ” **Vielfältige Rezeptvariationen** für den perfekten Grillabend: 60 wunderschön bebilderte Rezepte
- ” **Die ideale Geschenkidee für Frauen**, Mütter, Freundinnen oder Kolleginnen

◀ **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.



SOSSEN, DIPS UND MARINADEN ZUM GRILLEN

50 Rezepte für Ketchup, Rubs, Chutneys, Pesto und mehr

Pichl Veronika

12,00 € (D) · 12,40 € (AT)

ISBN 978-3-7423-2027-8

Format (L × H) 170 × 240 mm

Best.-Nr. 132027



DIE VEGGIE-CHALLENGE

30 Tage vegetarisch essen – mit 60 leckeren fleischlosen Rezepten

Pichl Veronika

16,99 € (D) · 17,50 € (AT)

ISBN 978-3-7423-1725-4

Format (L × H) 170 × 240 mm

Best.-Nr. 131725



Autor

Veronika Pichl

Veronika Pichl ist erfolgreiche Buchautorin zu den Themen Ernährung, Abnehmen, Bewegung und Glücklichkeit. 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.



Warengruppe
WG 1455

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
160 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2394-1

Preis (AT)
20,60 €



MONTESSORI-IDEEN FÜR DIE KÜCHE – KOCHEN MIT KINDERN

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



★ **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. 30 Impulse, Ideen und Rezepte, nach Jahreszeiten und Schwierigkeitsgraden aufgeteilt, zeigen im Anschluss, was die Kleinen konkret schon selbst in der Küche machen können: eigene kleine Snacks zubereiten, Orangensaft auspressen, Gemüse und Obst schneiden und vieles mehr.

**DAS ERSTE BUCH ZUM THEMA -
VON EINER AUSGEBILDETEN MONTESSORIPÄDAGOGIN**

Autor
Julia Peneder

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.



Warengruppe
WG 1455

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
18,00 €

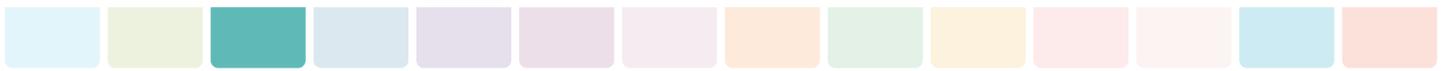
Seitenanzahl
128 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2205-0

Preis (AT)
18,60 €





DIE CLEVER-KÜCHE: 100 % GESCHMACK – 0 % LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG

Smarte Tipps und über 100 nachhaltige Rezepte



» **Aktueller denn je:** die schlaue Lösung bei steigenden Lebensmittelpreisen

» **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. Es zeigt, wie man erkennt, ob Lebensmittel noch genießbar sind, wie man einige sogar wieder auffrischen kann und wie sich größere Mengen von Obst und Gemüse länger haltbar machen lassen. Dazu gibt es jede Menge vielseitige und leckere Rezepte für Altbackenes, Überreifes und Übriggebliebenes wie Gemüsereste oder Reis. Nachhaltig, gesund, günstig und vor allem lecker essen!



ZERO WASTE KITCHEN

Kochen statt wegwerfen –
kreative Rezepte für Obst- und Gemüsereste
Pichl Veronika

9,99 € (D) · 10,30 € (AT) Format (L × H) 170 × 240 mm
ISBN 978-3-7423-0506-0 Best.-Nr. 130506



Autor
Veronika Pichl

Veronika Pichl ist erfolgreiche Buchautorin zu den Themen Ernährung, Abnehmen, Bewegung und Glücklichein. 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.



Warengruppe
WG 1450

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
18,00 €

Seitenanzahl
160 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2379-8

Preis (AT)
18,60 €



PERFEKTE PIZZA

Die besten Rezepte
für den italienischen Klassiker



★ **Pizza ist das beliebteste Gericht der Deutschen**

👉 **Lieblingspizza jetzt zu Hause selber zubereiten** – einfach und schnell

👉 **Leckere traditionelle Pizza mit über 50 verschiedenen Belagideen**

◀ **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 ausgefallene Sorten mit Feige und Walnuss oder Ziegenkäse und Honig oder mit Sucuk, Salsiccia oder Chorizo sowie mit Lachs und Spargel kommen nicht zu kurz. Ran an die perfekte Pizza!

GRUNDREZEPTE, ALLE PIZZA-KLASSIKER UND SPEZIELLE PIZZEN MIT EDLEN ZUTATEN WIE MASCARPONE, FEIGEN ODER TRÜFFELÖL

Autor
Veronika Pichl

Veronika Pichl ist erfolgreiche Buchautorin zu den Themen Ernährung, Abnehmen, Bewegung und Glücklichein. 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.



Warengruppe
WG 1455

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
18,00 €

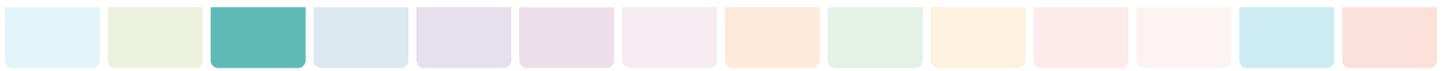
Seitenanzahl
144 Seiten

Format (Breite × Höhe)
190 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2270-8

Preis (AT)
18,60 €





CRAZY PIZZA

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



★ **Der beliebte italienische Klassiker neu interpretiert**

” **Über 40 Rezepte** für verrückte Gerichte nach Pizza-Art

” **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!

**DIE PERFEKTEN PARTYSNACKS -
LECKERE GERICHTE MIT DEM GEWISSEN ETWAS**

Autor
Veronika Pichl

Veronika Pichl ist erfolgreiche Buchautorin zu den Themen Ernährung, Abnehmen, Bewegung und Glücklichein. 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.



Warengruppe
WG 1455

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
18,00 €

Seitenanzahl
128 Seiten

Format (Breite x Höhe)
190 x 240 mm

ISBN
978-3-7423-2272-2

Preis (AT)
18,60 €



FAMILIENKÜCHE MIT DEM MONSIEUR CUISINE

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



★ **Über 33.000 verkaufte Kochbücher** zum Monsieur Cuisine bei riva

” **Aufwendig bebilderte Rezepte** mit ausführlichen Schritt-für-Schritt-Anleitungen und Nährwertangaben

” **Der Monsieur Cuisine ist der Verkaufsschlager bei Lidl**

◀ 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. Unabhängig recherchiert, nicht vom Hersteller beeinflusst.



ABNEHMEN MIT DEM MONSIEUR CUISINE

Über 90 gesunde und leckere Rezepte zum Genießen

Muliar Doris

15,99 € (D) · 16,50 € (AT)

ISBN 978-3-7423-1834-3

Format (L × H) 148 × 210 mm

Best.-Nr. 131834



KOCHEN MIT DEM MONSIEUR CUISINE

Die 100 besten Rezepte für alle Jahreszeiten

Muliar Doris

15,99 € (D) · 16,50 € (AT)

ISBN 978-3-7423-0788-0

Format (L × H) 148 × 210 mm

Best.-Nr. 130788



Autor
Doris Muliar

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®«.

DM

Warengruppe
WG 1455

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
15,99 €

Seitenanzahl
192 Seiten

Format (Breite × Höhe)
148 × 210 mm

ISBN
978-3-7423-2383-5

Preis (AT)
16,50 €



VEGANE KOCHBÜCHER

Backlist-Titel



VEGAN FOODPORN

100 einfache und köstliche Rezepte
Zapatka, Bianca

26,00 € (D) · 26,80 € (AT) **Format (L × H)** 190 × 240 mm
ISBN 9783742311450 **Best.-Nr.** 131145



VEGAN & EASY

70 genial einfache und leckere Rezepte
Zapatka, Bianca

26,00 € (D) · 26,80 € (AT) **Format (L × H)** 190 × 240 mm
ISBN 9783742313539 **Best.-Nr.** 131353



VEGAN SOULFOOD

100 wunderbare Gerichte, die glücklich machen
Zapatka, Bianca

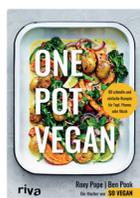
26,00 € (D) · 26,80 € (AT) **Format (L × H)** 190 × 240 mm
ISBN 9783742314369 **Best.-Nr.** 131436



VEGAN CAKEPORN

70 fantastische Rezepte für Kuchen,
Torten und süße Köstlichkeiten
Zapatka, Bianca

26,00 € (D) · 26,80 € (AT) **Format (L × H)** 190 × 240 mm
ISBN 9783742316486 **Best.-Nr.** 131648



ONE POT VEGAN

80 schnelle und einfache Rezepte für Topf,
Pfanne oder Blech
Pope, Roxy; Pook, Ben

19,99 € (D) · 20,60 € (AT) **Format (L × H)** 170 × 240 mm
ISBN 9783742316905 **Best.-Nr.** 131690



VEGAN KOCHEN MIT LUPINE

Über 55 eiweißreiche und sojafreie Rezepte
Wenzel, Christian

14,99 € (D) · 15,50 € (AT) **Format (L × H)** 170 × 240 mm
ISBN 9783742300386 **Best.-Nr.** 130038



VEGAN & GÜNSTIG

85 leckere und ausgewogene Gerichte
Laforêt, Marie

16,99 € (D) · 17,50 € (AT) **Format (L × H)** 190 × 240 mm
ISBN 9783742315731 **Best.-Nr.** 131573



VEGAN MIT 5 ZUTATEN

Über 100 schnelle und einfache Rezepte
Pope, Roxy; Pook, Ben

19,99 € (D) · 20,60 € (AT) **Format (L × H)** 190 × 240 mm
ISBN 9783742309426 **Best.-Nr.** 130942



VEGAN BACKEN FÜR WEIHNACHTEN

Die besten Plätzchen, Kekse und Desserts
Just, Stephanie

8,00 € (D) · 8,30 € (AT) **Format (L × H)** 148 × 210 mm
ISBN 9783742319708 **Best.-Nr.** 131970



BAYERISCHE KÜCHE VEGAN

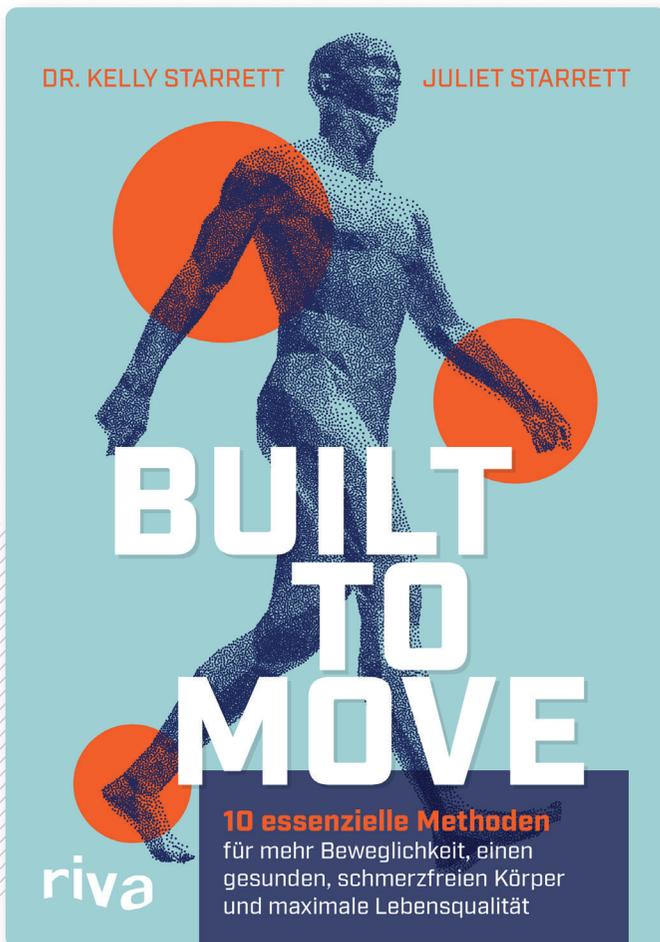
Über 50 zünftige Rezepte
von Leberkas bis Kaiserschmarrn
Eiding, Catharina;

14,99 € (D) · 15,50 € (AT) **Format (L × H)** 170 × 240 mm
ISBN 9783868839739 **Best.-Nr.** 100973



BUILT TO MOVE

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



★ Das neue **Buch der Bestsellerautorinnen Kelly und Juliet Starrett**

📖 **Über 110.000 verkaufte Exemplare** der drei bisherigen Titel von Kelly Starrett

📖 **Mit zahlreichen illustrierten Übungen sowie Tipps** zu Ernährung und Schlaf

◀ **Nach 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, sinnvolle Tipps zu Ernährung und Schlaf sowie ergänzende Übungen zur richtigen Atmung. Diesen speziell von ihnen entwickelten Ansatz wollen sie mit ihrem Buch für jeden Menschen zugänglich machen – egal ob Leistungs- oder Breitensportler, Angestellte, Manager, Kinder, Jugendliche oder Senioren. Denn die einfachen Praktiken und Übungen kann jeder in seinen Alltag integrieren – für ein schmerzfreies, aktives und gesundes Leben!

KELLY STARRETTS EINZIGARTIGE UND INNOVATIVE METHODE FÜR SPITZENSPORTLER - JETZT FÜR JEDEN MENSCHEN IM ALLTAG ANWENDBAR

Autor

**Kelly Starrett,
Juliet Starrett**

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«.



Warengruppe
WG 1460

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
25,00 €

Seitenanzahl
352 Seiten

Format (Breite x Höhe)
170 x 240 mm

ISBN
978-3-7423-2292-0

Preis (AT)
25,80 €



STARKE MUSKELN IM ALTER

Wie Sie Sarkopenie vorbeugen, Stürze verhindern und lange mobil bleiben.

Mit effektiven Trainingsprogrammen gegen Muskelschwund



★ **Jeder zweite über 80-Jährige ist von Sarkopenie betroffen**

” **Muskelschwund ist ein ernst zu nehmendes Problem im Alter**

◀ 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 Fitnessstraining 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, Leiter für Sportbiologie an der TU München, und Marie Heiber, Sportwissenschaftlerin mit Schwerpunkt Sportphysiologie, zeigen, wie Best Ager und Senioren zwischen 60 und 80 Jahren mit geeigneten Übungen wieder Kraft aufbauen, um der Sarkopenie, dem Muskelschwund im Alter, entgegenzuwirken. Neben ausführlichen Informationen zur Sarkopenie, zur Vorbeugung und den möglichen Folgen sowie einfachen Ernährungstipps werden über 50 Übungen detailliert beschrieben und bebildert. Dieser Ratgeber hilft allen Senioren, im Alltag lange mobil zu bleiben!

ÜBER 50 BEBILDERTE ÜBUNGEN UND TRAININGSPLÄNE FÜR DREI ALTERSSTUFEN

Autor
Henning Wackerhage, Marie Heiber

Prof. Dr. Henning Wackerhage leitet die Professur für Sportbiologie an der Technischen Universität München. Als Middleager hält er sich mit Krafttraining, Radfahren und Skilanglauf fit. **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.



Warengruppe
WG 1464

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
22,00 €

Seitenanzahl
224 Seiten

Format (Breite × Höhe)
190 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2245-6

Preis (AT)
22,70 €



FIT FÜR DIE BERGE

Das Trainingsprogramm,
mit dem du jeden Gipfel erklimmst



★ *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!

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

Autor
Susanne Kraft

Susanne Kraft ist Sportwissenschaftlerin, Trainingstherapeutin und begeisterte Bergsportlerin. In ihrem Studium an der Universität Salzburg hat sie sich auf Prävention und Training im Berg- und 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.



Warengruppe
WG 1464

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
176 Seiten

Format (Breite × Höhe)
190 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2301-9

Preis (AT)
20,60 €



DEIN BIKE, DEIN FITTING

Mit der optimalen Sitzposition die Performance steigern und Verletzungen vorbeugen



★ **Der Autor ist Physiotherapeut des britischen Olympiateams und zahlreicher Tour-de-France-Gewinner**

” **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, welche Schuhe und welcher Sattel am besten zur eigenen Anatomie passen und wie man die eigene Haltung analysiert und aerodynamisch optimiert. Mit der richtigen Position im Sattel und der korrekten Einstellung von Lenker, Pedal und Rahmen können sowohl Freizeitfahrer als auch Wettkämpfer ihren Fahrstil verbessern, Verletzungen vorbeugen und ihre Leistung optimieren.

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

Autor
Phil Burt

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.



Warengruppe
WG 1433

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
208 Seiten

Format (Breite × Höhe)
189 × 230 mm

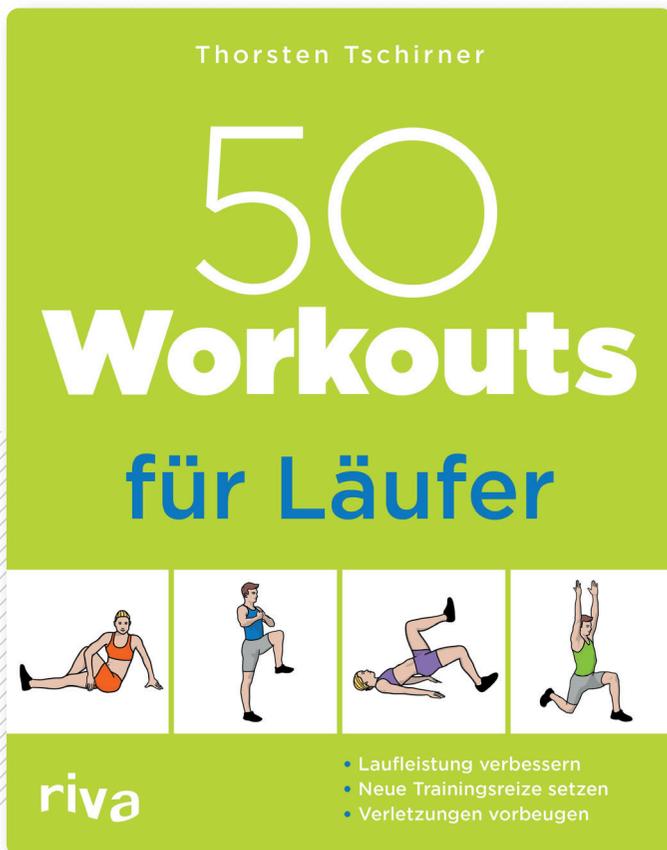
ISBN
978-3-7423-2319-4

Preis (AT)
20,60 €



50 WORKOUTS FÜR LÄUFER

Laufleistung verbessern, neue Trainingsreize setzen, Verletzungen vorbeugen



★ Erfolgreiche Reihe »50 Workouts« mit über 180.000 verkauften Exemplaren

» Rund 25 Millionen Deutsche joggen regelmäßig

» 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 – mit den effektiven Übungsabfolgen kann jeder sein Training vielseitig gestalten, den Laufstil verbessern und schneller oder länger laufen.



Autor
Thorsten Tschirner

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.



Warengruppe
WG 1464

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
12,00 €

Seitenanzahl
144 Seiten

Format (Breite × Höhe)
190 × 240 mm

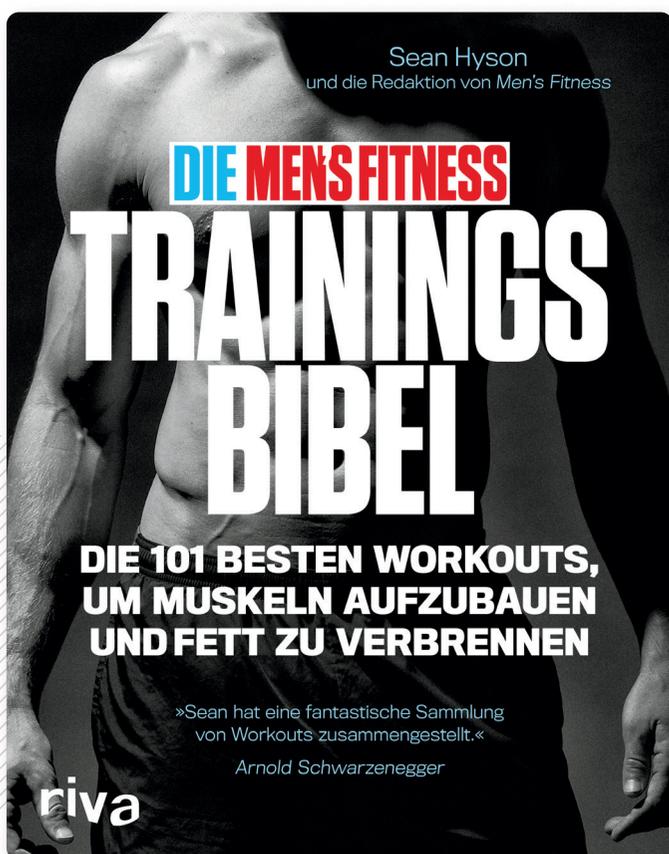
ISBN
978-3-7423-2300-2

Preis (AT)
12,40 €



DIE MEN'S FITNESS TRAININGSBIBEL

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



- ★ **Das weltbeste Trainingsprogramm für Männer auf dem deutschen Markt**
- ” **Jetzt mit unschlagbarem Preis-Leistungs-Verhältnis**
- ” **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, sorgen für eine maximale Fettverbrennung. Der wissenschaftlich fundierte Men's-Fitness-Ernährungsplan unterstützt dabei den optimalen Muskelauf- und Fettabbau.

101 WORKOUTS MIT UND OHNE GERÄTE FÜR DAS KRAFT- UND AUSDAUER-TRAINING – GEEIGNET FÜR JEDES LEISTUNGSLEVEL

Autor

Sean Hyson,
Redaktion von
Men's Fitness

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.

SH

Warengruppe
WG 1464

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
27.12.2022

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
368 Seiten

Format (Breite × Höhe)
190 × 240 mm

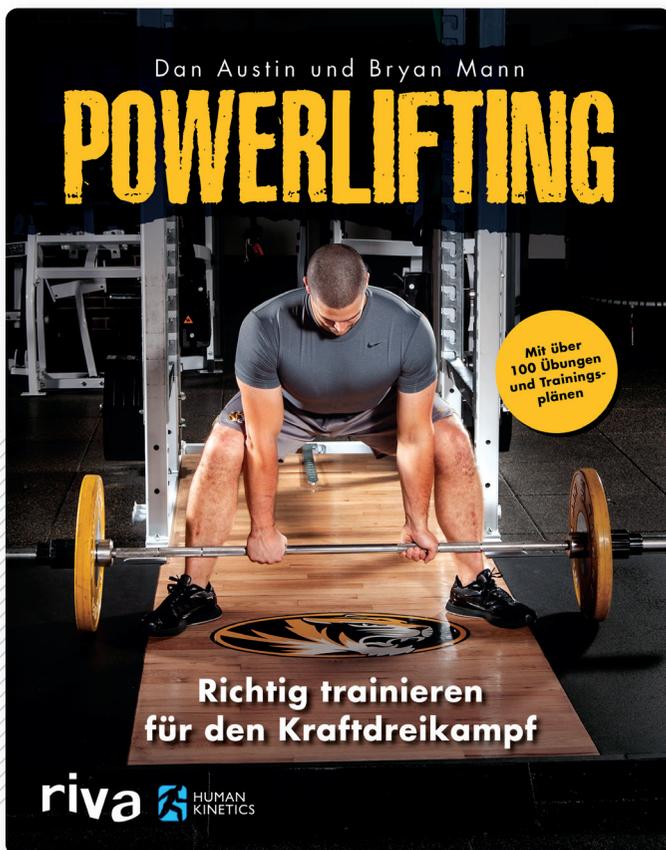
ISBN
978-3-7423-2312-5

Preis (AT)
15,50 €



POWERLIFTING

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



★ **Das einzige fundierte Buch zum Thema Powerlifting auf dem deutschen Markt**

” **Das Standardwerk jetzt mit unschlagbarem Preis-Leistungs-Verhältnis**

◀ **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 Ausdauer spezialist 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. Zusätzlich helfen Strategien zur Wettkampfvorbereitung, Trainingsoptimierung und Vermeidung von Verletzungen dabei, dauerhaft maximale Leistung zu bringen.

ZAHLREICHE TRAININGSPROGRAMME, PERIODISIERUNGSPÄNE UND MENTALE STRATEGIEN ZUR IDEALEN WETTKAMPFVORBEREITUNG

Autor

**Dan Austin,
Bryan Mann**

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.



Warengruppe
WG 1464

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
27.12.2022

Preis (DE)
22,00 €

Seitenanzahl
240 Seiten

Format (Breite x Höhe)
190 x 240 mm

ISBN
978-3-7423-2311-8

Preis (AT)
22,70 €



REIFE LEISTUNG

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



CHRISTOPH CÖLN

REIFE LEISTUNG

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



★ **Die beeindruckendsten Athleten unserer Zeit:** außergewöhnliche Menschen und ihre Geschichten

” **Vorbilder für eine wachsende Altersgruppe** – die Erfolgsgeheimnisse fitter Senioren werden gelüftet

” **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 anfangen 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 Cölns einfühlsame Porträts lüften das Geheimnis eines langen und gesunden Lebens, das auch die Wissenschaft zunehmend zu entschlüsseln vermag.

VOM MARATHONLÄUFER BIS ZUM FUSSBALLER – DAS BUCH BELEUCHTET
DAS THEMA ÜBER VERSCHIEDENSTE SPORTARTEN HINWEG

Autor
Christoph Cöln

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«.



Warengruppe
WG 1440

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
24.01.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
208 Seiten

Format (Breite × Höhe)
145 × 215 mm

ISBN
978-3-7423-2365-1

Preis (AT)
15,50 €



30 WORKOUTS IN DER BOX – YOGA

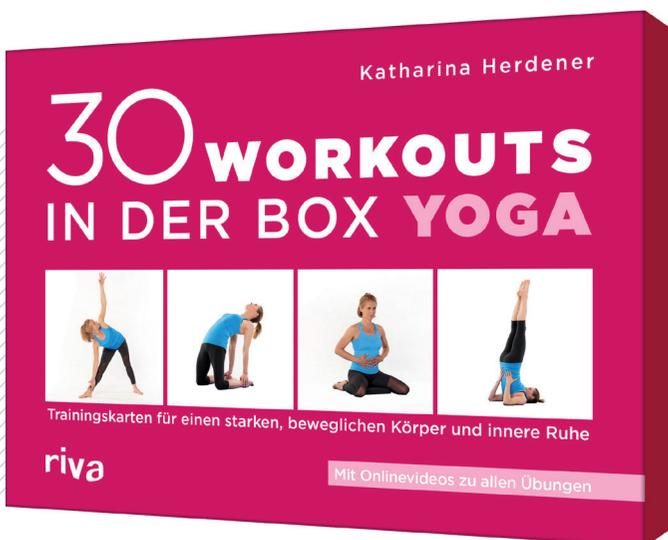
riva

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

★ Die erste **Kartenbox mit kompletten Workouts** in Farbe

” **Bestsellerautorin mit Erfolgsgarantie**

◀ 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, werden manchmal mit Hilfsmitteln durchgeführt und immer kombiniert mit einer speziellen Atemübung. Die Programme dauern zwischen 10 und 45 Minuten und sind durchgehend farbig bebildert: Die Kartenvorderseite zeigt das Workout inklusive Trainingsdauer, Schwierigkeitsgrad und QR-Code, um sich jede Übung als Video anzusehen, auf der Rückseite befindet sich die Trainingstabelle mit weiteren Informationen. Im Begleitbuch ist jede Übung zusätzlich detailliert beschrieben und nochmals bebildert. Ein Highlight dieser Box sind drei komplette Flows, die ebenfalls über einen QR-Code als Video abrufbar sind. Diese Box ist der ideale Begleiter für eine regelmäßige Yogapraxis.



30 WORKOUTS IN DER BOX – BEWEGLICHKEIT

Trainingskarten für eine bessere Körperhaltung, gesunde Gelenke und entspannte Muskeln. Mit Onlinevideos zu allen Übungen
Herdener Katharina



20,00 € (D) · 20,00 € (AT) Format (L x H) 148 x 210 mm
ISBN 978-3-7423-2188-6 Best.-Nr. 132188



Autor
Katharina Herdener

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.



Warengruppe
WG 1462

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
30 Seiten

Format (Breite x Höhe)
148 x 210 mm

ISBN
978-3-7423-2293-7

Preis (AT)
20,00 €



YOGABOX FÜR SCHWANGERE

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



★ **Die erste Yogakartenbox für Schwangere**

” **Praktischer geht's nicht:**
100 Karten in handlichem Format, stabile Box, 96-seitiges Booklet mit weiterführenden Infos

◀ 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. Übersichtlich und liebevoll gestaltet ist die Kartenbox der ideale Begleiter für Schwangere durch diese besondere Zeit – vom ersten bis zum letzten Tag.

STUDIEN BEWEISEN: YOGA WÄHREND DER SCHWANGERSCHAFT WIRKT SICH POSITIV AUF MUTTER UND KIND AUS

Autor

Katharina Rainer-Trawöger

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«.



Warengruppe
WG 9462

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
25,00 €

Seitenanzahl
100 Seiten

Format (Breite × Höhe)
116 × 166 mm

ISBN
978-3-7423-2309-5

Preis (AT)
25,00 €



ICH ZÄHLE JETZT BIS OMMM

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



★ *Das erste **Yogabuch für die ganze Familie***

” *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. Liebevoller Illustrationen helfen auch Kindern bei der Umsetzung. Ob Patchwork, Großfamilie oder alleinerziehend – so gelingt allen ein achtsames, harmonisches Zusammenleben!

YOGA MIT DER MAUS

Spaß, Power und Entspannung für kleine Yogis
Helten Andrea

15,00 € (D) · 15,50 € (AT) Format (L × H) 190 × 240 mm
ISBN 978-3-7423-1994-4 Best.-Nr. 131994



Autor
Andrea Helten

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. Neben Yoga schlägt das Herz der Autorin auch für Musik, Kunst, Reisen und natürlich für das urbane, inspirierende Leben in Berlin.



Warengruppe
WG 1462

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
192 Seiten

Format (Breite × Höhe)
190 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2321-7

Preis (AT)
20,60 €



NACKEN & SCHULTERN – SCHMERZFREI IN 30 TAGEN

Über 90 Übungen gegen Verspannungen,
Blockaden und andere Beschwerden



★ **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 Handy-Nutzung 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, basierend auf ihrem bewährten 30-Tage-Konzept, ein Programm gegen Nackenschmerzen erstellt. Mit alltagstauglichen Übungen können Betroffene Verspannungen und Blockaden Schritt für Schritt lösen, ihre Beweglichkeit wiederherstellen und schmerzfrei leben!



PHYSIOTHERAPIE-HAUSAPOTHEKE

Über 100 effektive Maßnahmen und Übungen, um Schmerzen und Beschwerden zu behandeln – mit Quickfinder zur Selbstdiagnose
Kiesling Gabriele

19,99 € (D) · 20,60 € (AT)
ISBN 978-3-7423-1622-6

Format (L x H) 190 x 240 mm
Best.-Nr. 131622



RÜCKEN – SCHMERZFREI IN 30 TAGEN

Mit über 100 Übungen gegen akute und chronische Beschwerden
Kiesling Gabriele

20,00 € (D) · 20,60 € (AT)
ISBN 978-3-7423-1972-2

Format (L x H) 190 x 240 mm
Best.-Nr. 131972



Autor
Gabriele Kiesling

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.



Warengruppe
WG 1460

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
208 Seiten

Format (Breite x Höhe)
190 x 240 mm

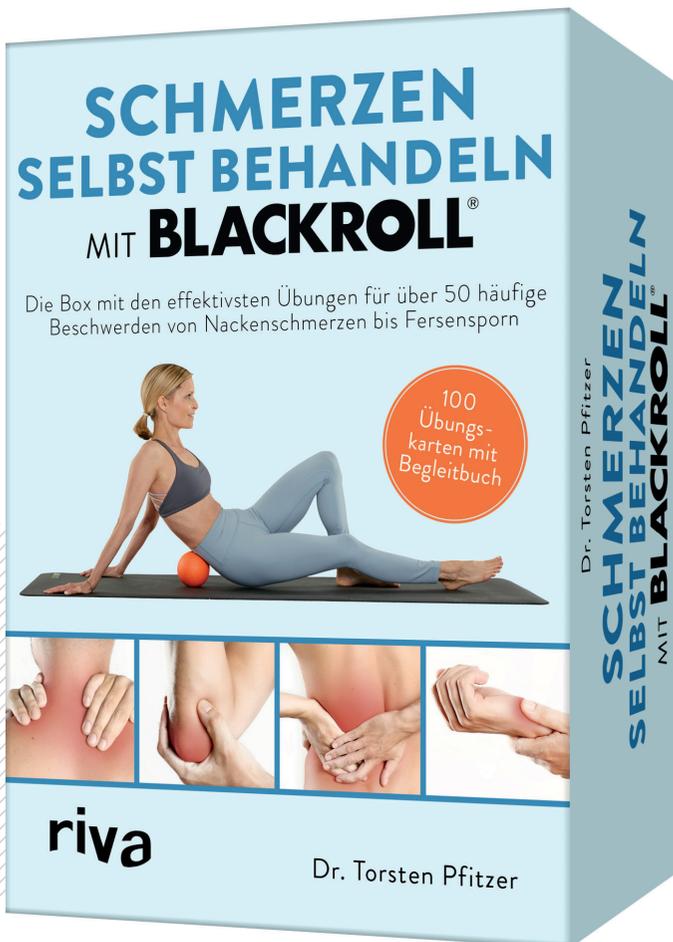
ISBN
978-3-7423-2295-1

Preis (AT)
20,60 €



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



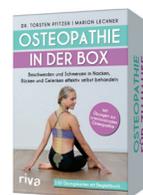
★ **Das Kartenset zum erfolgreichen Ratgeber** »Schmerzen selbst behandeln mit BLACKROLL®«

» **100 Karten mit Übungen** in handlicher Box zum Mitnehmen

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. Aus den Karten, die Schritt für Schritt die Übungen und Techniken der Selbstmassage zeigen, können sich Betroffene dann die passenden herausuchen und kombinieren, um Beschwerden von Kopf bis Fuß gezielt selbst zu behandeln. So gehören Schmerzen schnell der Vergangenheit an!



SCHMERZEN SELBST BEHANDELN MIT BLACKROLL®
Die effektivsten Übungen für über 50 häufige Beschwerden von Nackenschmerzen bis Fersensporn
Pfitzer Torsten
19,99 € (D) · 20,60 € (AT)
ISBN 978-3-7423-0837-5 **Format (L × H) 190 × 240 mm**
Best.-Nr. 130837



OSTEOPATHIE IN DER BOX
Beschwerden und Schmerzen in Nacken, Rücken und Gelenken effektiv selbst behandeln.
Pfitzer Torsten; Lechner Marion
25,00 € (D) · 25,80 € (AT)
ISBN 978-3-7423-2166-4 **Format (L × H) 166 × 116 × 51 mm**
Best.-Nr. 132166



Autor
Torsten Pfitzer

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.



Warengruppe
WG 9464

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
25,00 €

Seitenanzahl
100 Seiten

Format (Breite × Höhe)
166 × 116 × 51 mm

ISBN
978-3-7423-2317-0

Preis (AT)
25,00 €



TRIGGERPUNKTE SELBST BEHANDELN

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

★ **Illustrierte Anleitungen zu mehr als 50 Schmerzbildern** und deren Triggern für eine effektive Selbstbehandlung



◀ 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. Mit seiner revolutionären 4-Schritte-Methode, die sich nicht nur auf die Triggerpunkte fokussiert, sondern auch die Wirbelsäule, Nerven und sanfte Bewegungen miteinbezieht, lassen sich mehr als 50 unterschiedliche Beschwerdebilder effektiv und nachhaltig selbst behandeln. Zusätzliche Informationen zum Einsatz von Faszientools oder speziellen Massagetechniken unterstützen den Anwender bei der Durchführung. Damit wird der Heilungsprozess optimal gefördert und Rückfällen aktiv vorgebeugt.

MEHR ALS 60 PROZENT DER DEUTSCHEN LEIDEN JÄHRLICH UNTER RÜCKEN- UND MEHR ALS 45 PROZENT UNTER NACKENSCHMERZEN

Autor
Richard Finn

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.



Warengruppe
WG 1465

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
18,00 €

Seitenanzahl
192 Seiten

Format (Breite × Höhe)
190 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2330-9

Preis (AT)
18,60 €



50 WORKOUTS

Backlist-Titel



50 WORKOUTS – BODYWEIGHT-TRAINING OHNE GERÄTE

Einfach – effektiv – überall durchführbar
Doll, Marcel

12,00 € (D) · 12,40 € (AT) **Format (L x H)** 190 x 240 mm
ISBN 9783742301727 **Best.-Nr.** 130172



50 WORKOUTS – YOGA

Die besten Übungsreihen für Kraft,
Beweglichkeit und Entspannung
Brinkmann, Katharina

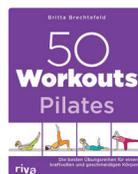
12,00 € (D) · 12,40 € (AT) **Format (L x H)** 190 x 240 mm
ISBN 9783742302984 **Best.-Nr.** 130298



50 WORKOUTS – BEWEGLICHKEIT

Dehnen, schwingen und rollen –
die besten Übungsreihen
Brinkmann, Katharina

12,00 € (D) · 12,40 € (AT) **Format (L x H)** 190 x 240 mm
ISBN 9783742310262 **Best.-Nr.** 131026



50 WORKOUTS – PILATES

Die besten Übungsreihen für einen kraftvollen
und geschmeidigen Körper
Brechtefeld, Britta

12,00 € (D) · 12,40 € (AT) **Format (L x H)** 190 x 240 mm
ISBN 9783742309730 **Best.-Nr.** 130973



50 WORKOUTS FÜR SPÄTEINSTEIGER

Fit, gesund und beweglich bis ins hohe Alter
Fastner, Gabi

12,00 € (D) · 12,40 € (AT) **Format (L x H)** 190 x 240 mm
ISBN 9783742319920 **Best.-Nr.** 131992



50 WORKOUTS – FIT IN 7 MINUTEN

Einfach – effektiv – hochintensiv
Doll, Marcel

12,00 € (D) · 12,40 € (AT) **Format (L x H)** 190 x 240 mm
ISBN 9783742301734 **Best.-Nr.** 130173



50 WORKOUTS ZUM ABNEHMEN

Schnell und effektiv Gewicht verlieren –
für eine dauerhaft schlanke Figur
Brinkmann, Katharina

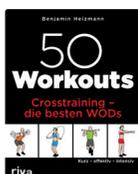
12,00 € (D) · 12,40 € (AT) **Format (L x H)** 190 x 240 mm
ISBN 9783742314512 **Best.-Nr.** 131451



50 WORKOUTS – HIIT UND TABATA

Die besten Übungsreihen für
hochintensives Intervalltraining
Herdener, Lutz

12,00 € (D) · 12,40 € (AT) **Format (L x H)** 190 x 240 mm
ISBN 9783742313010 **Best.-Nr.** 131301



50 WORKOUTS – CROSSTRAINING – DIE BESTEN WODS

Kurz – effektiv – intensiv
Heizmann, Benjamin

12,00 € (D) · 12,40 € (AT) **Format (L x H)** 190 x 240 mm
ISBN 9783742304704 **Best.-Nr.** 130470



50 WORKOUTS – BAUCH, BEINE, PO

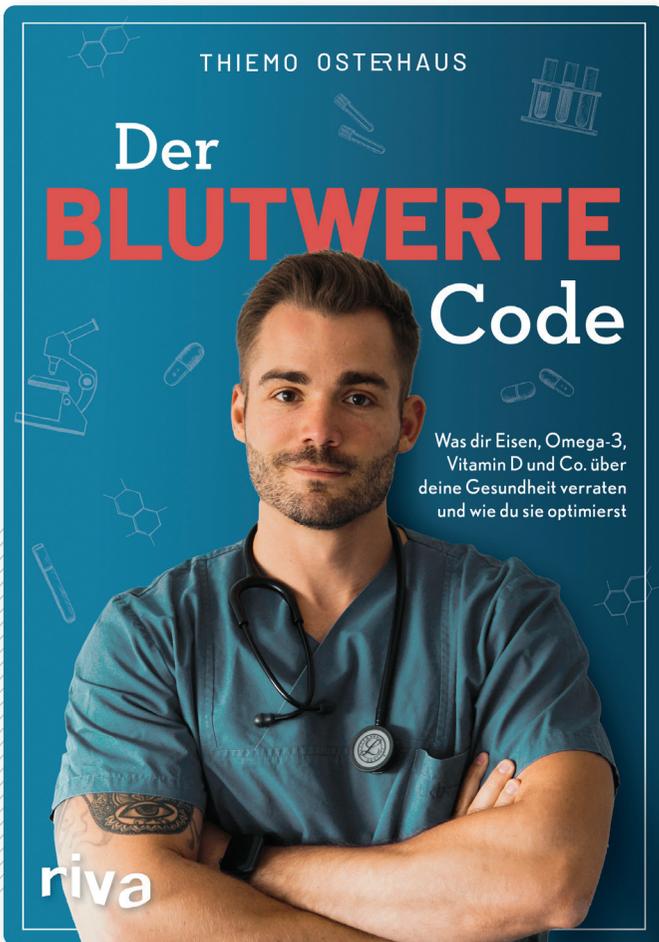
Die besten Übungsreihen für
die perfekte Bikinifigur
Brinkmann, Katharina

12,00 € (D) · 12,40 € (AT) **Format (L x H)** 190 x 240 mm
ISBN 9783742313003 **Best.-Nr.** 131300



DER BLUTWERTE-CODE

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



★ **Blutwerte sind der Schlüssel** zu optimaler Gesundheit

” **Komplexe Zusammenhänge einfach erklärt**

◀ 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. Thimo 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, Vitamin D, Folsäure, Magnesium und Co. entstehen, welche Folgen sie für den Körper haben und wie man sie mit Nahrungsergänzungsmitteln und Lifestyleumstellungen ausgleicht. Individuelle Therapiepläne helfen bei spezifischen Beschwerdebildern oder gesundheitlichen Zielen – sei es, um mehr Energie zu gewinnen, das Gewicht zu reduzieren, einen regelmäßigen Zyklus zu erreichen oder die sportliche Leistung zu steigern. So kann jeder seine Gesundheit selbst in die Hand nehmen!

**AUTOR MIT GROSSER REICHWEITE IN DER ZIELGRUPPE:
ÜBER 55.000 FOLLOWER IN DEN SOZIALEN MEDIEN**

Autor
Thimo Osterhaus

Dr. Thimo 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.



Warengruppe
WG 1460

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
22,00 €

Seitenanzahl
224 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2400-9

Preis (AT)
22,70 €



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



★ **40 Prozent der Deutschen leben mit mindestens einer chronischen Erkrankung**

◀ **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 – eine Entwicklung, der die ganzheitliche biologische Zahnmedizin entgegenwirken will. Diese spannenden Hintergründe und Zusammenhänge beleuchtet der international anerkannte Experte Dr. med. dent. Alexander Neubauer in seinem ersten Buch. Anhand von zahlreichen Praxisbeispielen zeigt er auf, welche Lösungsmöglichkeiten die moderne ganzheitliche biologische Zahnheilkunde bietet, und gibt praktische Tipps und Handlungsempfehlungen. So kann jeder seine Gesundheit selbst in die Hand nehmen und lange und beschwerdefrei leben.

MIT ZAHLREICHEN PRAKTISCHEN TIPPS ZUR ZAHN- UND MUNDHYGIENE SOWIE ZUR ERNÄHRUNG UND ENTGIFTUNG

Autor
Alexander Neubauer

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.



Warengruppe
WG 1465

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
176 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2290-6

Preis (AT)
20,60 €



100 FRAGEN AN DEINE FRAUENÄRZTIN

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



★ **Kurzweilige Lektüre und Nachschlagewerk in einem:** übersichtlicher Aufbau für schnellen Rat bei gynäkologischen Fragen

◀ **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: Wie hält man das vaginale Mikrobiom in Balance? Ist eine Intimirasur gefährlich? Warum sollte man den Beckenboden trainieren? Wie kann man PMS wirksam behandeln? Und was hilft bei Scheidentrockenheit? Antworten auf Fragen wie diese helfen Frauen, die richtigen Entscheidungen für sich und ihre einzigartige Physiologie zu treffen. Denn erst das Wissen über den eigenen Körper gibt ihnen die Macht, selbstbewusst für ihre Gesundheit einzustehen.

PODCAST DER AUTORIN MIT BIS ZU 25.000 ZUHÖRERINNEN PRO FOLGE - UND ER GEWINNT IMMER MEHR AN REICHWEITE

Autor
Katrin Gross

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.

KG

Warengruppe
WG 1460

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
16,00 €

Seitenanzahl
208 Seiten

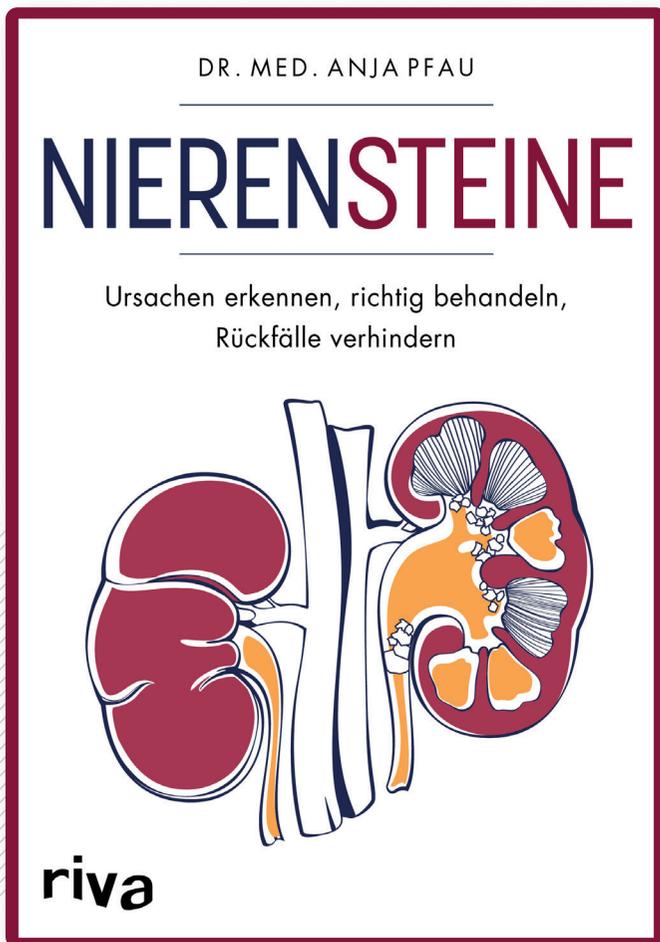
Format (Breite × Höhe)
148 × 210 mm

ISBN
978-3-7423-2395-8

Preis (AT)
16,50 €



NIERENSTEINE – URSACHEN ERKENNEN, RICHTIG BEHANDELN, RÜCKFÄLLE VERHINDERN



★ **Der erste fundierte Ratgeber zum Thema Nierensteine auf dem Buchmarkt**

” **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. Der Leser erfährt, welche Medikamente bei hartnäckigem Nierensteinleiden helfen, wie auf natürlichem Weg Rückfälle verhindert werden können, was bei der Ernährung beachtet werden muss und wann geklärt werden sollte, ob sich eine ernsthafte Erkrankung dahinter verbirgt. Die Autorin nimmt den Leser hierzu mit in ihre Sprechstunde, und zwar im wahrsten Sinne des Wortes: In einem fiktiven Arzt-Patienten-Gespräch werden die am häufigsten gestellten Fragen rund um Nierensteine beantwortet – anschaulich, patientennah und fachlich fundiert.

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

Autor
Anja Pfau

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.



Warengruppe
WG 1465

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
176 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2268-5

Preis (AT)
20,60 €



ALLERGIEN? OHNE MICH!

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



★ 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 sensibler 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. Der ganzheitliche Mediziner und Allergieexperte Dr. Gerrit Sütfels erklärt, wie man zum einen die Symptome einer Allergie lindert, zum anderen die Ursache, die in einer Fehlreaktion des Immunsystems auf eigentlich harmlose Stoffe verborgen liegt, effektiv angeht. Er stellt natürliche und wirkungsvolle Maßnahmen vor – wie die Anwendung von Heilpflanzen, Kältebäder, Akupressur oder Entspannungsmethoden –, um das fehlgeleitete Immunsystem wieder in die richtigen Bahnen zu lenken. Daraus können individuelle Programme gestaltet werden, um jedem Allergietyp die passende Hilfe zu bieten. So lassen sich auf unkomplizierte und natürliche Weise Beschwerden lindern und das physische sowie mentale Wohlbefinden steigern!

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

Autor
Gerrit Sütfels

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.



Warengruppe
WG 1460

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
18,00 €

Seitenanzahl
192 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

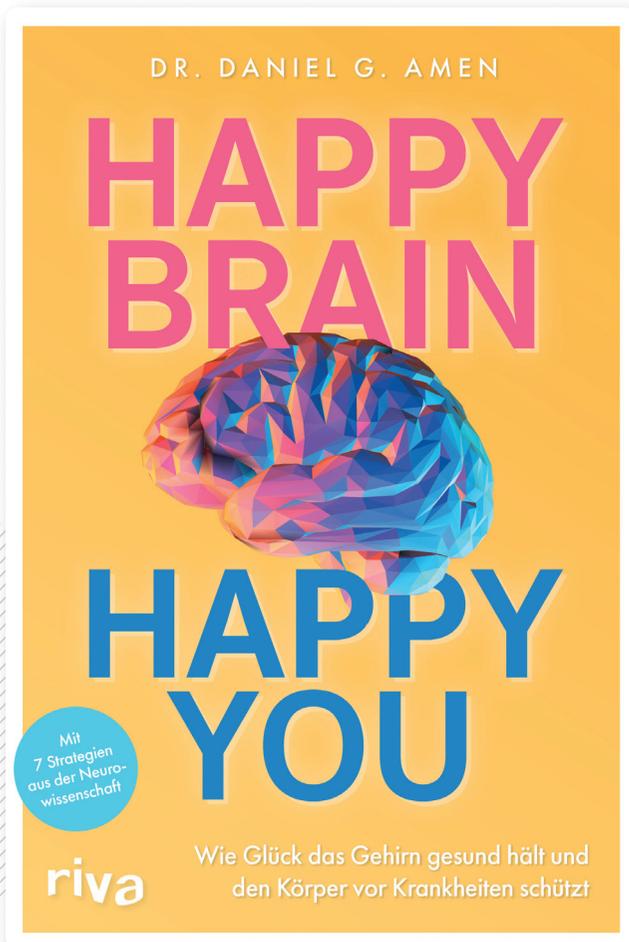
ISBN
978-3-7423-2337-8

Preis (AT)
18,60 €



HAPPY BRAIN – HAPPY YOU

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



★ *Das erste Buch, das den physiologischen **Zusammenhang zwischen Glück und Gesundheit verständlich erklärt***

◀ **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. Die Versorgung mit bestimmten Nährstoffen ist dabei von zentraler Bedeutung, denn diese liefern die Grundlage für neuronale Prozesse. Aber auch die Qualität der eigenen Gedanken und Stressmanagement spielen eine wichtige Rolle. Handfeste, konkrete Tipps sowie Lebensmittel- und Nährstoffübersichten helfen dabei, den richtigen Weg zu finden, um sich nicht nur glücklicher zu fühlen, sondern auch Krankheiten vorzubeugen und den Körper gesund zu halten.



GESUNDES GEHIRN – GESUNDE PSYCHE

Warum Angststörungen und andere psychische Krankheiten körperliche Ursachen haben und wie man sie heilen kann
Amen Daniel G.

22,00 € (D) · 22,70 € (AT)

Format (L × H) 170 × 240 mm

ISBN 978-3-7423-1661-5

Best.-Nr. 131661



Autor

Dr. Daniel G. Amen

Dr. Daniel G. Amen ist Neurowissenschaftler, Kinder- und Jugendpsychiater und Leiter der Amen Clinic for Behavioral Medicine. Der mehrfach ausgezeichnete Wissenschaftler ist ein international anerkannter Experte auf dem Gebiet der Gehirn- und Verhaltensforschung. Er hat zahlreiche Bücher veröffentlicht, darunter mehrere Bestseller.



Warengruppe
WG 1460

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
24.01.2023

Preis (DE)
22,00 €

Seitenanzahl
400 Seiten

Format (Breite × Höhe)
145 × 215 mm

ISBN
978-3-7423-2263-0

Preis (AT)
22,70 €



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?

★ *Das komplexeste Organ des menschlichen Körpers **kompakt und modern illustriert** erklärt*

” *Autor wurde **weltweit mit zahlreichen Preisen für seine Arbeit ausgezeichnet**, unter anderem vom **Max-Planck-Institut***



◀ **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. Auf dieser Reise lernen die Leser nicht nur Erkenntnisse der Wissenschaft auf prägnante und verständliche Weise kennen, sondern werden zudem mit praktischen Tipps ausgestattet, die jeder im Alltag umsetzen kann, um sein Gehirn gesund und leistungsfähig zu halten.



WARUM MEDITATION HEILT

Der wissenschaftliche Beweis, dass Meditieren die mentale und körperliche Gesundheit verbessert – mit Anleitungen und Praxistipps
Laureys Steven; Ricard Matthieu

18,00 € (D) · 18,60 € (AT)

Format (L × H) 145 × 215 mm

ISBN 978-3-7423-1813-8

Best.-Nr. 131813



Autor

Steven Laureys,
Nicolas Cougot,
Valérie Leblanc

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.



Warengruppe
WG 1460

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
16,00 €

Seitenanzahl
128 Seiten

Format (Breite × Höhe)
215 × 215 mm

ISBN
978-3-7423-2318-7

Preis (AT)
16,50 €



WENIGER IST MEHR – MEDIKATIONS- RISIKEN ERKENNEN UND VERMEIDEN

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



» Ein Leitfaden für Betroffene und pflegende Angehörige, um ihrem Arzt die richtigen Fragen zu stellen

◀ 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. Über viele Jahre hat er die Fachinformationen von Arzneimitteln in eine Datenbank einfließen lassen und daraus ein Tool zur Medikations-Risiko-Darstellung entwickelt, das er in diesem Buch vorstellt. Detailliert beschreibt er die häufigsten Indikationen wie Demenz, Herz-Kreislauf-Beschwerden, Depression, Harninkontinenz oder Niereninsuffizienz und deren medikamentöse Risiken. Mit diesem Wissen lassen sich auftretende Symptome, die durch Medikamente ausgelöst werden, gezielter und einfacher einordnen, ein Arztgespräch konstruktiver gestalten und zukünftige Übermedikationen und deren negative Folgen vermeiden.

**DER ERSTE RATGEBER, DER SICH MIT DER WEITVERBREITETEN,
ABER UNNÖTIGEN PRAXIS DER ÜBERMEDIKATION BESCHÄFTIGT**

Autor
**Matthias
Kohlhof**

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.



Warengruppe
WG 1460

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
176 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2254-8

Preis (AT)
20,60 €



AROMATHERAPIE FÜR SENIOREN

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



» **Über 100 einfache Rezepte** für Ölmischungen zur topischen Anwendung, für die Duftlampe oder als Badezusatz

◀ **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, um so vielen Senioren wie möglich Zugang zu schneller Hilfe zu bieten. Die über 100 Rezepte sorgen für einen entspannten und schmerzfreien Bewegungsapparat, hemmen Entzündungen und fördern die Wundheilung. Auch auf das mentale Wohlbefinden haben die Duftöle einen positiven Effekt. So verbessern sie den Schlaf, sorgen für innere Ruhe und trainieren sogar das Gedächtnis. Das perfekte Mittel also für mehr Beschwerdefreiheit und Lebensfreude auch im Alter!



LEICHTER ABNEHMEN MIT AROMATHERAPIE

Wie ätherische Öle Sie bei der Gewichtsreduktion unterstützen und für mehr Wohlbefinden sorgen

Misfeld Tuula

16,99 € (D) · 17,50 € (AT)

ISBN 978-3-7423-1730-8

Format (L × H) 170 × 240 mm

Best.-Nr. 131730



Autor
Tuula Misfeld

Tuula Misfeld ist ausgebildete Krankenpflegerin, Heilpraktikerin und ärztlich geprüfte Aromatherapeutin. 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«.



Warengruppe
WG 1466

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
16,00 €

Seitenanzahl
160 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2296-8

Preis (AT)
16,50 €



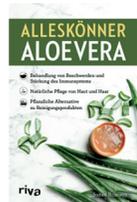
ALLESKÖNNER KOKOSÖL

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



★ *Der neue »Alleskönner« in der erfolgreichen Reihe mit über 30.000 verkauften Exemplaren*

◀ **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 Gesundheits- und 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. So können akute und chronische Krankheiten wie Grippe, Candida, Chlamydien oder Herpes ohne Chemie und Medikamente behandelt werden. Äußerlich angewandt unterstützt es die Wundheilung, beugt der Hautalterung vor und lässt sich als natürliches Deo, Bleaching oder Waschmittel verwenden. Insgesamt über 100 dieser verschiedenen Anwendungsmöglichkeiten stellt Susan Branson im neuesten Band der erfolgreichen »Alleskönner«-Reihe vor. So kann jeder Kokosöl gezielt einsetzen, um Gesundheit und Schönheit auf natürliche Weise zu fördern.



ALLESKÖNNER ALOE VERA

Behandlung von Beschwerden und Stärkung des Immunsystems. Natürliche Pflege für Haut und Haar.

Branson Susan

9,99 € (D) · 10,30 € (AT)

ISBN 978-3-7423-1651-6

Format (L × H) 120 × 187 mm

Best.-Nr. 131651



Autor

**Susan Branson,
Martin Rometsch**

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.



Warengruppe
WG 1485

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
10,00 €

Seitenanzahl
176 Seiten

Format (Breite × Höhe)
120 × 187 mm

ISBN
978-3-7423-2265-4

Preis (AT)
10,30 €



ALLESKÖNNER INGWER

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



★ Ein weiteres Allroundtalent in der erfolgreichen »Alleskönner«-Reihe **mit über 30.000 verkauften Exemplaren**

◀ 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. Und auch bei Augenringen, Nagelpilz und Haarausfall ist die Knolle ein effektives Mittel. Die Biologin und Gesundheitsexpertin Susan Branson stellt über 100 Rezepte und Anwendungsmöglichkeiten vor, mit denen man die Kraft der Wunderwurzel voll ausschöpfen und auf natürlichem und schonendem Weg den Körper von innen und außen schützen kann!



ALLESKÖNNER ÄTHERISCHE ÖLE

Die natürliche Kraft der Pflanzenessenzen nutzen – für Gesundheit und Wohlbefinden, zur Körperpflege, zur Anwendung im Haushalt
Branson Susan

10,00 € (D) · 10,30 € (AT) Format (L × H) 120 × 187 mm
ISBN 978-3-7423-1812-1 Best.-Nr. 131812



Autor

**Susan Branson,
Martin Rometsch**

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.



Warengruppe
WG 1485

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
24.01.2023

Preis (DE)
10,00 €

Seitenanzahl
144 Seiten

Format (Breite × Höhe)
120 × 187 mm

ISBN
978-3-7423-2264-7

Preis (AT)
10,30 €



WAS ICH AN DIR LIEBE

Eine originelle Liebeserklärung zum Ausfüllen und Verschenken



★ »Was ich an dir liebe« hat sich **bereits über eine halbe Million Mal verkauft**

” **Durch die hochwertige Ausstattung ein Schmuckstück im Regal**

◀ 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 Liebingsmenschen nicht geben.

AUSGEFÜLLT WIRD DAS BUCH ZU EINEM GANZ PERSÖNLICHEN UND EINZIGARTIGEN GESCHENK

Autor

**Reinwarth
Alexandra**

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.



Warengruppe
WG 1191

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
24.01.2023

Preis (DE)
12,00 €

Seitenanzahl
96 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2374-3

Preis (AT)
12,40 €



WAS ICH AN DIR LIEBE, MAMA

Eine originelle Liebeserklärung zum Ausfüllen und Verschenken



★ **250.000 verkaufte Exemplare** des Klassikers »Was ich an dir liebe, Mama«

” **Hochwertige Ausstattung** durch Leineneinband, Leseband und Goldfolienveredelung

◀ **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.

INDIVIDUELLES UND EINZIGARTIGES GESCHENK FÜR MAMAS ZU JEDEM ANLASS

Autor
**Reinwarth
Alexandra**

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.



Warengruppe
WG 1191

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
12,00 €

Seitenanzahl
96 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2375-0

Preis (AT)
12,40 €



WAS ICH AN DIR LIEBE, PAPA

Eine originelle Liebeserklärung zum Ausfüllen und Verschenken



★ **Bereits über 100.000 verkaufte Exemplare** des Klassikers »Was ich an dir liebe, Papa«

” **Originelles und individuelles Geschenk** für den Papa zu jedem Anlass

◀ **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.

BESONDERE HAPTİK UND EDLER LOOK DURCH LEINENEINBAND UND GOLDFOLIE

Autor
**Reinwarth
Alexandra**

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.



Warengruppe
WG 1191

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
12,00 €

Seitenanzahl
96 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2376-7

Preis (AT)
12,40 €



WAS ICH AN DIR LIEBE, BESTE FREUNDIN

Eine originelle Liebeserklärung zum
Ausfüllen und Verschenken



★ »Was ich an dir liebe, beste Freundin« mit **weit über 100.000 verkauften Exemplaren**

” Der Bestseller »Was ich an dir liebe« **in neuem Design für die beste Freundin**

◀ 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.

**ORIGINELLES GESCHENK ZUM AUSFÜLLEN
UND MIT PLATZ FÜR EIGENE BOTSCHAFTEN UND FOTOS**

Autor
**Reinwarth
Alexandra**

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.



Warengruppe
WG 1191

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
12,00 €

Seitenanzahl
96 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2377-4

Preis (AT)
12,40 €



ZEIT - LIEBESGESCHICHTEN

Die bewegendsten Erzählungen
aus »Lexikon der Liebe«



★ **Aus der erfolgreichen Kolumne
»Lexikon der Liebe« des
»ZEITmagazins«**

” **Pünktlich zum Valentinstag:** das
perfekte Geschenk für Hochzeiten,
Jahrestag oder Valentinstag

◀ **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.

HOCHWERTIGE AUSSTATTUNG

Warengruppe
WG 1191

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
24.01.2023

Preis (DE)
10,00 €

Seitenanzahl
96 Seiten

Format (Breite × Höhe)
130 × 170 mm

ISBN
978-3-7423-2380-4

Preis (AT)
10,30 €



DIE WAHRHEIT ÜBER MICH

Ein Ausfüllbuch mit
außergewöhnlichen Fragen



- ★ **Neuverpackung des Bestsellers mit über 55.000 verkauften Exemplaren**
- ” **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.



EINE REISE IN MEIN INNERES

Lerne dich selbst besser kennen und verstehen und werde glücklich

Tripolina David

10,00 € (D) · 10,30 € (AT)

ISBN 978-3-7423-2287-6

Format (L x H) 170 x 240 mm

Best.-Nr. 132287



VERBRENN DAS BUCH DANACH – EIN AUSFÜLLBUCH FÜR ERWACHSENE (HARDCOVER)

Tripolina David

10,00 € (D) · 10,30 € (AT)

ISBN 978-3-7423-1887-9

Format (L x H) 170 x 240 mm

Best.-Nr. 131887



Autor

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«.

DT

Warengruppe
WG 1191

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
24.01.2023

Preis (DE)
12,00 €

Seitenanzahl
96 Seiten

Format (Breite x Höhe)
170 x 240 mm

ISBN
978-3-7423-2346-0

Preis (AT)
12,40 €



DIE WAHRHEIT ÜBER UNS

Das originelle Ausfüllbuch für
Paare oder gute Freunde



★ **Über 100.000 verkaufte Bücher** aus der Reihe »Die Wahrheit über mich«

” **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 und in neuer, hochwertiger Ausstattung. Damit eignet es sich hervorragend als Geschenk, aber auch als wundervolles Erinnerungsstück.



**DIE WAHRHEIT ÜBER UNS –
DAS FRAGESPIEL FÜR PAARE ODER FREUNDE**
Tripolina David

8,99 € (D) · 8,99 € (AT) Format (L × H) 70 × 100 mm
ISBN 978-3-7423-0323-3 Best.-Nr. 130323



SO SIND WIR
Die große Selbstbefragung
Tripolina David

10,00 € (D) · 10,30 € (AT) Format (L × H) 170 × 240 mm
ISBN 978-3-7423-0041-6 Best.-Nr. 130041



Autor
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«.

DT

Warengruppe
WG 1191

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
24.01.2023

Preis (DE)
12,00 €

Seitenanzahl
96 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2347-7

Preis (AT)
12,40 €



WAS WIR AN EUCH LIEBEN – DAS HOCHZEITSGÄSTEBUCH

riva

- ★ **Das Hochzeitsgästebuch zur Erfolgsreihe »Was ich an dir liebe«**
- ” **Anregungen und Fragen erleichtern das Eintragen**
- ” **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.



**WAS WIR AN UNS LIEBEN –
DIE GESCHICHTE UNSERER BEZIEHUNG**
Zum gemeinsamen Ausfüllen
Reinwarth Alexandra
10,00 € (D) · 10,30 € (AT)
ISBN 978-3-7423-0673-9 **Format (L × H) 170 × 240 mm**
Best.-Nr. 130673



WAS ICH AN DIR LIEBE – ZUM HOCHZEITSTAG
Zum Ausfüllen und Verschenken
Reinwarth Alexandra
7,99 € (D) · 8,30 € (AT)
ISBN 978-3-7423-0184-0 **Format (L × H) 150 × 105 mm**
Best.-Nr. 130184



Autor
**Alexandra
Reinwarth**

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.



Warengruppe
WG 1191

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
10,00 €

Seitenanzahl
128 Seiten

Format (Breite × Höhe)
240 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2328-6

Preis (AT)
10,00 €



MÄNNER, DENEN DU BESSER AUS DEM WEG GEHST

#MenToAvoid

★ **Weltweit populärer Twitter-Trend**
#MenToAvoid

” **Die lustige Antwort der Frauen auf**
Mansplaining



◀ **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.

HOCHWERTIG AUSGESTATTETES GESCHENKBUCH

Autor
Nicole Tersigni

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.

NT

Warengruppe
WG 1185

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
8,00 €

Seitenanzahl
96 Seiten

Format (Breite × Höhe)
160 × 160 mm

ISBN
978-3-7423-2329-3

Preis (AT)
8,30 €



HERR JANOSCH, WAS HILFT GEGEN LANGEWEILE IM ALTER?

Wondraks Weisheiten für die Rente

★ **Über 200.000 verkaufte Exemplare** von »Wondrak für alle Lebenslagen«

” **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.

HERR JANOSCH, WIE DRÜCKT MAN LIEBE AUS, DIE SO GROSS IST, DASS MAN KEINE WORTE DAFÜR FINDET?
Wondraks kleine Liebeserklärungen für jeden Tag

Janosch

9,00 € (D) · 9,30 € (AT)

Format (L × H) 160 × 160 mm

ISBN 978-3-7423-2087-2

Best.-Nr. 132087



Autor
Janosch

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.



Warengruppe
WG 1191

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite × Höhe)
160 × 160 mm

ISBN
978-3-7423-2343-9

Preis (AT)
9,30 €



UNNÜTZES HANDBALLWISSEN

Die kuriosesten Fakten rund um den geilsten Sport der Welt



- ★ *Der **unterhaltsam-informative** Begleiter zur Handball-WM 2023*
- ” *Das **perfekte Geschenk für jeden Handball-Fan***
- ” *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.



UNNÜTZES AMERICAN FOOTBALL WISSEN

Alles rund um die NFL und deinen Lieblingssport.

Damit punktest du auf jeder Super-Bowl-Party

Wollert Moritz

9,00 € (D) · 9,30 € (AT)

Format (L × H) 125 × 187 mm

ISBN 978-3-7423-1805-3

Best.-Nr. 131805



Autor

**Moritz Wollert,
Felix Götz**

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. **Felix Götz** wurde in Ehingen an der Donau geboren. Seit 2008 lebt er in München, wo er als Sportjournalist arbeitet.



Warengruppe
WG 1185

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
24.01.2023

Preis (DE)
10,00 €

Seitenanzahl
208 Seiten

Format (Breite × Höhe)
125 × 187 mm

ISBN
978-3-7423-2393-4

Preis (AT)
10,30 €



DAS MAGISCHE DUELL

Das spannende Escape-Room-Spiel
für Potter-Fans



★ **Über 800.000 verkaufte inoffizielle »Harry-Potter-Produkte« im riva Verlag**

◀ Was passiert, wenn man die zauberhafte Welt von Harry Potter in ein spannendes Escape-Room-Abenteuer verwandelt? Heraus kommt ein phantastisches 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.

DIE MAGISCHE RUINE

Der inoffizielle Escape-Room-Adventskalender für Potter-Fans
Shacklebolt Millicent



13,00 € (D) · 13,40 € (AT)
ISBN 978-3-7423-2120-6

Format (L × H) 205 × 156 mm
Best.-Nr. 132120



DAS TOR ZUR MAGISCHEN WELT.

HARDCOVER-AUSGABE

Der inoffizielle Harry-Potter-Escape-Room-Adventskalender
Shacklebolt Millicent; Shacklebolt Millicent



13,00 € (D) · 13,40 € (AT)
ISBN 978-3-7423-1927-2

Format (L × H) 205 × 156 mm
Best.-Nr. 131927



Autor
Millicent Shacklebolt

Millicent Cornelia Shacklebolt stammt aus Großbritannien. Die Expertin für Zauberstäbe unterrichtete zwei Jahre lang Zauberkunst in einer Zauberschule, bevor sie in einer Angelegenheit von strengster Geheimhaltung nach Rumänien entsandt wurde. Ihr gegenwärtiger Aufenthaltsort ist unbekannt.



Warengruppe
WG 1191

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
128 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2386-6

Preis (AT)
15,50 €



FLUCHT AUS DEM PATRIARCHAT

Entkomme den alten weißen Männern

★ **Escape-Room-Spiele sind weiterhin voll im Trend**



◀ 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-Rätselans ab 12 Jahren.

ÜBER 100.000 VERKAUFTE ESCAPE-PRODUKTE IM RIVA VERLAG

Autor
Petra Ussy

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.

PU

Warengruppe
WG 1191

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
20.06.2023

Preis (DE)
13,00 €

Seitenanzahl
128 Seiten

Format (Breite × Höhe)
205 × 156 mm

ISBN
978-3-7423-2373-6

Preis (AT)
13,40 €



GESCHENKBÜCHER

Backlist-Titel



WAS ICH AN DIR LIEBE

Eine originelle Liebeserklärung
zum Ausfüllen und Verschenken

Reinwarth, Alexandra

9,99 € (D) · 10,30 € (AT)

ISBN 9783868837124

Format (L x H) 170 x 240 mm

Best.-Nr. 100712



WAS ICH AN DIR LIEBE, MAMA

Eine originelle Liebeserklärung
zum Ausfüllen und Verschenken

Reinwarth, Alexandra

10,00 € (D) · 10,30 € (AT)

ISBN 9783868838688

Format (L x H) 170 x 240 mm

Best.-Nr. 100868



WAS ICH AN DIR LIEBE – MINIVERSION

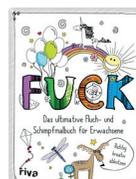
Zum Ausfüllen und Verschenken
Reinwarth, Alexandra

7,99 € (D) · 8,30 € (AT)

ISBN 9783742300966

Format (L x H) 150 x 105 mm

Best.-Nr. 130096



FUCK

Das ultimative Fluch- und Schimpfmalbuch
für Erwachsene

6,99 € (D) · 7,20 € (AT)

ISBN 9783868839357

Format (L x H) 215 x 280 mm

Best.-Nr. 100935



MEIN GLÜCK IN 100 LISTEN

Ein originelles Ausfüllbuch, um herauszufinden,
was dich wirklich glücklich macht

8,99 € (D) · 8,99 € (AT)

ISBN 9783742302380

Format (L x H) 125 x 187 mm

Best.-Nr. 130238



WAS ICH AN DIR LIEBE, BESTE FREUNDIN

Eine originelle Liebeserklärung
zum Ausfüllen und Verschenken

Reinwarth, Alexandra

10,00 € (D) · 10,30 € (AT)

ISBN 9783742302557

Format (L x H) 170 x 240 mm

Best.-Nr. 130255



WAS ICH AN DIR LIEBE, PAPA

Eine originelle Liebeserklärung
zum Ausfüllen und Verschenken

Reinwarth, Alexandra

10,00 € (D) · 10,30 € (AT)

ISBN 9783868838695

Format (L x H) 170 x 240 mm

Best.-Nr. 100869



WAS ICH AN DIR LIEBE, MAMA – MINIVERSION

Zum Ausfüllen und Verschenken
Reinwarth, Alexandra

7,99 € (D) · 8,30 € (AT)

ISBN 9783742309303

Format (L x H) 150 x 105 mm

Best.-Nr. 130930



FICK DICH!

Und andere böse Nachrichten an
dämliche Mitmenschen – zum Ausmalen

6,99 € (D) · 7,20 € (AT)

ISBN 9783742301260

Format (L x H) 215 x 280 mm

Best.-Nr. 130126



WAS ICH AN DIR LIEBE, SCHWESTER

Eine originelle Liebeserklärung
zum Ausfüllen und Verschenken

Reinwarth, Alexandra

10,00 € (D) · 10,30 € (AT)

ISBN 9783868839616

Format (L x H) 170 x 240 mm

Best.-Nr. 100961





BELLETRISTIK

WELCH TRÜGERISCHES GLÜCK

Codename: Fortuna

LAGO



★ »SPIEGEL«-Bestsellerautorin **Chloe Gong** besticht mit einer neuen, fesselnden Dilogie

◀ Shanghai im Jahr 1931, die Bühne ist bereit für ein neues Jahrzehnt voller Intrigen. Vor vier Jahren ist Rosalind von den Toten zurückgekehrt, aber das Experiment, dem sie ihr Leben zu verdanken hat, verlangt seinen Tribut. Jetzt strebt sie als Assassinin verzweifelt nach Wiedergutmachung. Codename: Fortuna. Doch als die kaiserliche japanische Armee ihren Invasionsmarsch beginnt und Terroranschläge die Stadt erschüttern, droht ihre Mission zu scheitern.

Rosalinds neuer Auftrag lautet, die gegnerischen Reihen zu infiltrieren, bevor noch mehr Menschen sterben. Die beste Möglichkeit, das zu erreichen: Sie muss sich als Frau des nationalistischen Spions und Playboys Orion ausgeben. Aber Orion hat seine eigenen Pläne und Rosalind Geheimnisse, die sie lieber für sich behalten möchte. Das Spiel beginnt.



WELCH GRAUSAME GNADE
Chloe Gong

20,00 € (D) · 20,60 € (AT) Format (B×H) 145 × 215 mm
ISBN 9783957612205 Best.-Nr. 900220



WELCH GRAUSAMES ENDE
Chloe Gong

20,00 € (D) · 20,60 € (AT) Format (B×H) 145 × 216 mm
ISBN 9783957612212 Best.-Nr. 240837



Autor
Chloe Gong

Chloe Gong ist die Autorin des »New York Times«-Bestsellers »These Violent Delights« und des Nachfolgers »Our Violent Ends«. Sie ist Absolventin der University of Pennsylvania, wo sie ein Doppelstudium in Englisch und Internationalen Beziehungen absolvierte. Geboren in Shanghai und aufgewachsen in Auckland, Neuseeland, lebt Chloe jetzt in New York und gibt vor, erwachsen zu sein. Du findest sie auf Twitter, Instagram und TikTok unter »@thechloegong« oder auf ihrer Website TheChloeGong.com.



Warengruppe
WG 1132

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
464 Seiten

Format (Breite × Höhe)
145 × 215 mm

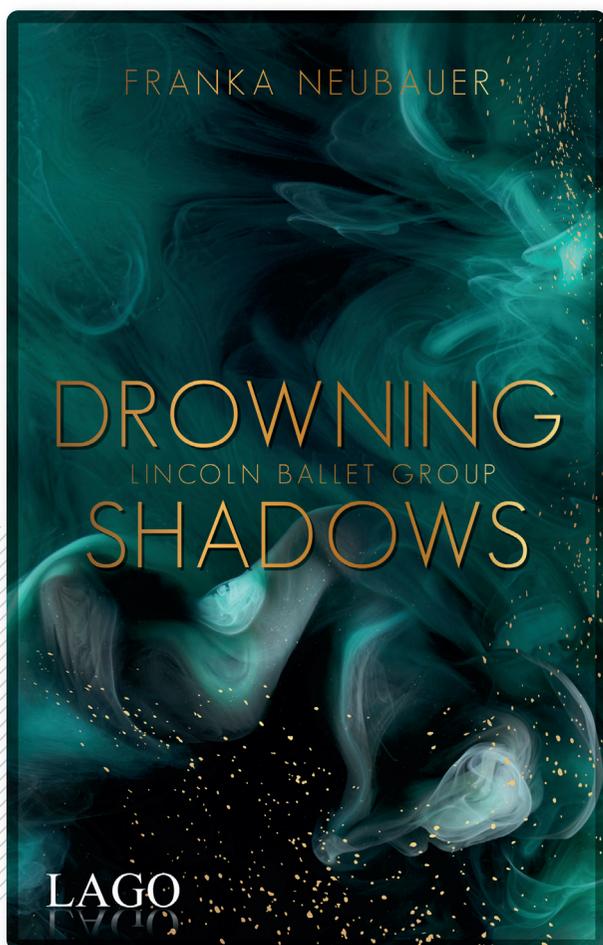
ISBN
978-3-95761-223-6

Preis (AT)
20,60 €



DROWNING SHADOWS

Lincoln Ballet Group



★ **Spannungsgeladene Romantik** mit Reichweite: Autorin ist als Bookstagrammerin sehr gut vernetzt

” **New York als beliebtes Setting** – besonders authentisch durch die eigenen Erfahrungen der Autorin

” **Hochwertige Ausstattung:** Veredelte Klappenbroschur lässt Leser*innenherzen höherschlagen

◀ **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.

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

Autor
Franka Neubauer

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.



Warengruppe
WG 1112

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
14,00 €

Seitenanzahl
352 Seiten

Format (Breite x Höhe)
135 x 210 mm

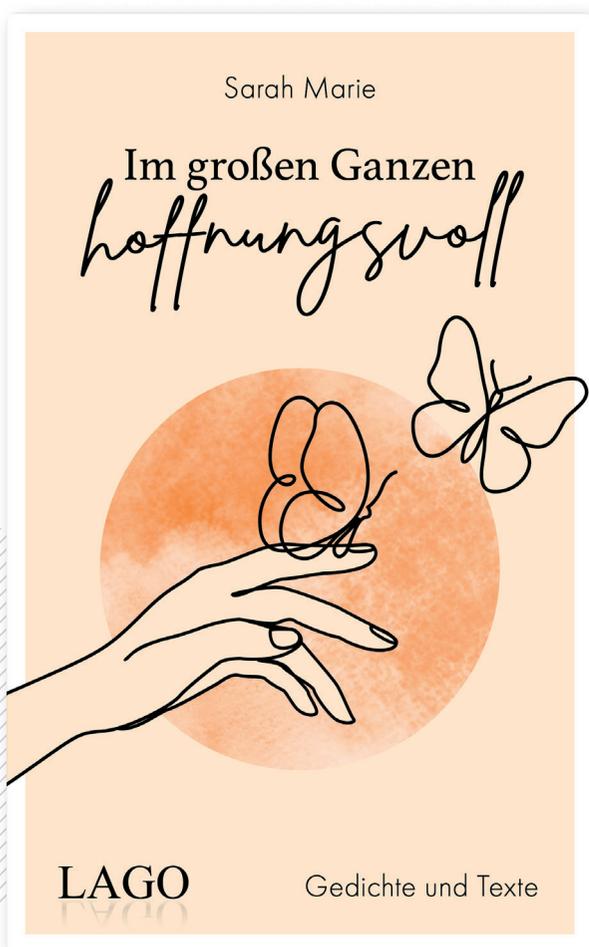
ISBN
978-3-95761-224-3

Preis (AT)
14,40 €



IM GROSSEN GANZEN HOFFUNGSVOLL

Gedichte und Texte



★ **Über Ruhe und Chaos, Angst und Mut, aber vor allem über Hoffnung:**

Die erfolgreiche Poetry-Slammerin Sarah Marie berührt mit dem zweiten Buch

”**himmelhochjauchzend & gedankenvertieft**“ begeistert die Community nachhaltig

◀ 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.



HIMMELHOCHJAUCHZEND GEDANKENVERTIEFT
Gedichte und Texte
Sarah Marie

14,00 € (D) · 14,40 € (AT) Format (L × H) 135 × 215 mm
ISBN 978-3-95761-213-7 Best.-Nr. 900213



Autor
Sarah Marie

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.

SM

Warengruppe
WG 1151

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
14,00 €

Seitenanzahl
208 Seiten

Format (Breite × Höhe)
135 × 215 mm

ISBN
978-3-95761-226-7

Preis (AT)
14,40 €



DIE SCHWARZEN MUSKETIERE

Das Buch der Nacht



★ **Großer Erfolg des Autors weltweit:**
Die Bände der »Henkerstochter«-Serie sind internationale Bestseller und wurden in mehr als 20 Sprachen übersetzt

◀ 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 ...

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

Autor
Oliver Pötzsch

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.



Warengruppe
WG 1260

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
14,00 €

Seitenanzahl
320 Seiten

Format (Breite × Höhe)
148 × 210 mm

ISBN
978-3-95761-227-4

Preis (AT)
14,40 €



DAS BUCH, DAS UNTER GAR KEINEN UMSTÄNDEN GELESEN WERDEN WOLLTE



★ **Der Abschluss von David Sundins internationaler Bestseller-Trilogie:** Dieses Buch ist noch einfallsreicher und verrückter

» **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 eeeeextra laaaaangweilig 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.

**DAS BUCH,
DAS NICHT GELESEN WERDEN WOLLTE**
Sundin David; Gschwilm Julia

14,00 € (D) · 14,40 € (AT) **Format (L × H) 195 × 240 mm**
ISBN 978-3-7474-0346-4 **Best.-Nr. 260346**



**DAS BUCH,
DAS WIRKLICH NICHT GELESEN WERDEN WOLLTE**
Sundin David; Gschwilm Julia

14,00 € (D) · 14,40 € (AT) **Format (L × H) 195 × 240 mm**
ISBN 978-3-7474-0381-5 **Best.-Nr. 260381**



Autor
David Sundin

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«.



Warengruppe
WG 1231

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
24.01.2023

Preis (DE)
14,00 €

Seitenanzahl
40 Seiten

Format (Breite × Höhe)
195 × 240 mm

ISBN
978-3-7474-0382-2

Preis (AT)
14,40 €



BOXEN DARF NUR DAS KÄNGURU

mvgverlag 

★ **Wichtige Botschaft in lustiger Tiergeschichte** – so lernen Kinder, dass Hauen nicht okay ist

” **Wichtige Hilfe für alle Kinder:** wie am besten umgehen mit starken Emotionen wie Eifersucht und Neid in Kitas und Kindergärten



◀ **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. Ein wichtiges Buch für Kinder zwischen 3 und 6 Jahren.

BEISSEN DARF NUR DAS KROKODIL

Heer Carina; Friese Marilena



12,00 € (D) · 12,40 € (AT) Format (L × H) 225 × 245 mm
ISBN 978-3-7474-0386-0 Best.-Nr. 260386



Autor

**Carina Heer,
Marilena Friese**

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. Wenn Carina Heer wütend ist, geht sie spazieren und führt Selbstgespräche. Das hilft nicht immer, aber immer öfter. **Marilena Friese** wurde 1995 in Dortmund geboren. Heute arbeitet sie als selbstständige Grafikdesignerin und macht es zu ihrem Ziel, ihre Kreativität ständig neu herauszufordern. Ihren Prozess teilt sie auf Instagram unter »@mind.of.mary«.



Warengruppe
WG 1211

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
12,00 €

Seitenanzahl
32 Seiten

Format (Breite × Höhe)
225 × 245 mm

ISBN
978-3-7474-0526-0

Preis (AT)
12,40 €



KINDERBÜCHER

Backlist-Titel



ERKLÄR MIR, ALS WÄRE ICH 5

Kinderfragen einfach beantwortet
Cnyrim, Petra

9,99 € (D) · 10,30 € (AT) **Format (L × H)** 135 × 205 mm
ISBN 9783742308702 **Best.-Nr.** 130870



HEUTE ZIEHT EIN WICHTEL BEI UNS EIN

Ideen, Vorlagen, Streiche und Geschichten rund um die märchenhafte Wichteltür
Graf, Carolina

9,00 € (D) · 9,30 € (AT) **Format (L × H)** 135 × 210 mm
ISBN 9783742318374 **Best.-Nr.** 131837



UND TROTZDEM HAB ICH DICH IMMER LIEB

Brosche, Heidemarie; Moskito, Jana

12,99 € (D) · 13,40 € (AT) **Format (L × H)** 225 × 245 mm
ISBN 9783747402313 **Best.-Nr.** 260231



DIE WELT BRAUCHT DICH. GENAU SO, WIE DU BIST

Gaines, Joanna

12,99 € (D) · 13,40 € (AT) **Format (L × H)** 215 × 280 mm
ISBN 9783747402801 **Best.-Nr.** 260280



STATT LAND FLUSS FÜR KINDER

Das Spielebuch mit 50 abwechslungsreichen Kategorien – Die lustige Variante von Stadt-Land-Fluss
Graf, Carolina

7,99 € (D) · 7,99 € (AT) **Format (L × H)** 215 × 280 mm
ISBN 9783742316523 **Best.-Nr.** 131652



UNNÜTZES WISSEN FÜR KINDER

Cnyrim, Petra

9,99 € (D) · 10,30 € (AT) **Format (L × H)** 125 × 187 mm
ISBN 9783742314635 **Best.-Nr.** 131463



ÜBERLEBE BIS ZULETZT!

Der inoffizielle Strategieführer für Fortnite: Battle Royale
Rich, Jason R.

9,99 € (D) · 10,30 € (AT) **Format (L × H)** 170 × 240 mm
ISBN 9783742306692 **Best.-Nr.** 130669



DAS BUCH, DAS NICHT GELESEN WERDEN WOLLTE

Sundin, David

14,00 € (D) · 14,40 € (AT) **Format (L × H)** 195 × 240 mm
ISBN 9783747403464 **Best.-Nr.** 260346



ICH MUSS NICHT WÜTEND SEIN

Das Mitmachbuch für Kinder. 50 unterhaltsame Übungen, um in jeder Situation ruhig und freundlich zu bleiben
Snowden, Samantha

14,99 € (D) · 13,40 € (AT) **Format (L × H)** 200 × 250 mm
ISBN 9783969050651 **Best.-Nr.** 781065



BEISSEN DARF NUR DAS KROKODIL

Heer, Carina

12,00 € (D) · 12,40 € (AT) **Format (L × H)** 225 × 245 mm
ISBN 9783747403860 **Best.-Nr.** 260386



BOBO SIEBENSCHLÄFER – WAS KOMMT DANACH?

Alltägliche Abläufe entdecken und lernen –
Das Kartendeck für Kinder



★ **Die ersten Lernkarten zum Thema »Alltagshandlungen« von Bobo Siebenschläfer**

” **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.

Detaillierte 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.



BOBO SIEBENSCHLÄFER – MUTIG, ÄNGSTLICH, FRÖHLICH
Gefühle entdecken, beschreiben und ausdrücken –
Das Kartendeck für Kinder von 2-4 Jahren

9,00 € (D) · 9,00 € (AT) Format (L × H) 80 × 120 mm
ISBN 978-3-7423-2229-6 Best.-Nr. 132229



Warengruppe
WG 9291

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
34 Seiten

Format (Breite × Höhe)
80 × 120 mm

ISBN
978-3-7423-2342-2

Preis (AT)
9,00 €



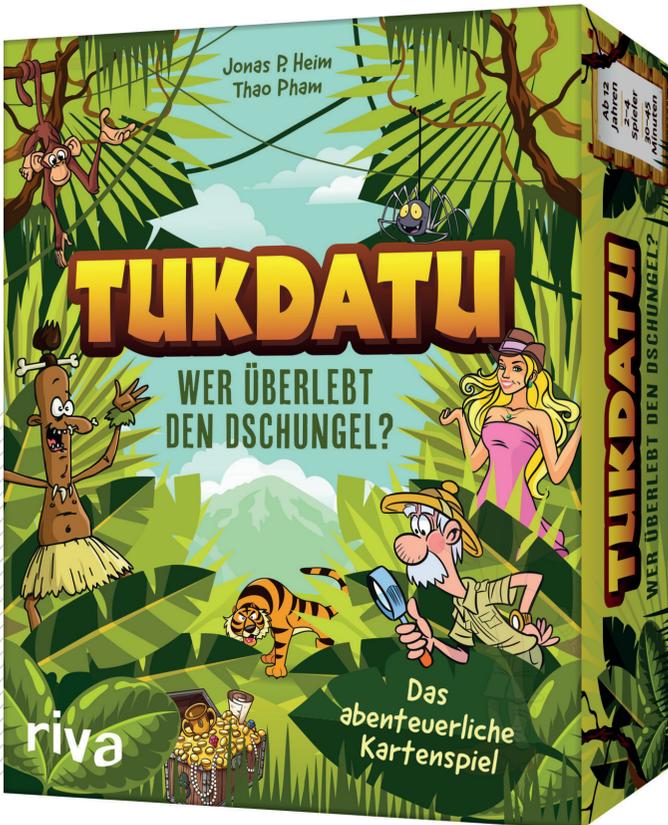


NONBOOK

TUKDATU – WER ÜBERLEBT DEN DSCHUNDEL?

Das abenteuerliche Kartenspiel

riva



★ **Ein abenteuerlicher und mitreißender Spielspaß** für die ganze Familie

» **Einfache Regeln, schnelle Runden**

◀ 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.

53 VIERFARBIG GESTALTETE KARTEN IN HOCHWERTIGER STÜLPSCHACHTEL

Autor
**Jonas P. Heim,
Thao Pham**

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



Warengruppe
WG 9296

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
10,00 €

Seitenanzahl
53 Seiten

Format (Breite x Höhe)
70 x 100 mm

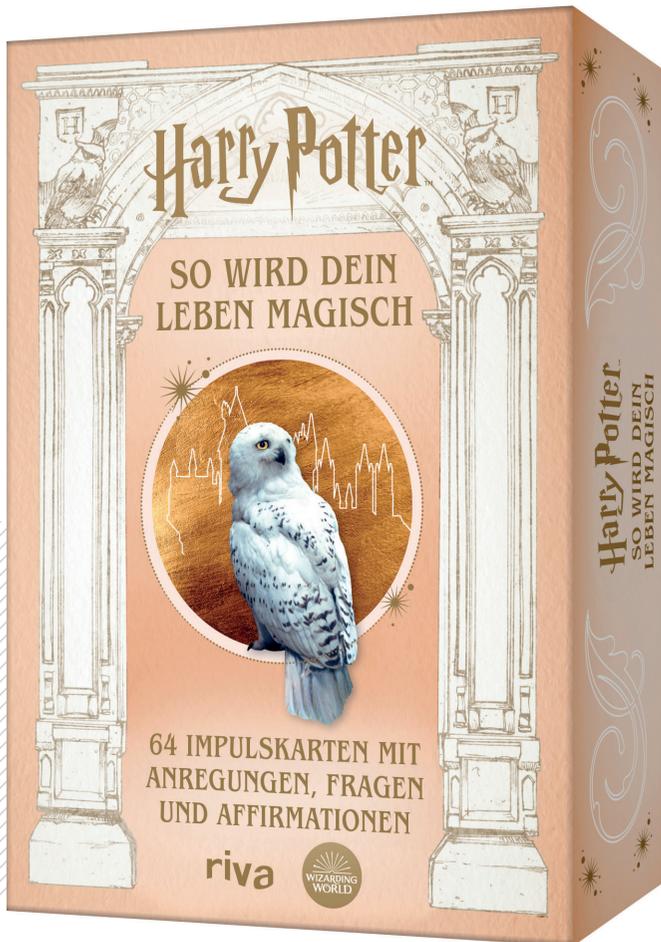
ISBN
978-3-7423-2327-9

Preis (AT)
10,00 €



HARRY POTTER: SO WIRD DEIN LEBEN MAGISCH

64 Impulskarten mit Anregungen,
Fragen und Affirmationen



- ★ **Große Zielgruppe:** Die »Harry Potter«-Bücher und -Filme begeistern weltweit Millionen Fans
- » **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.

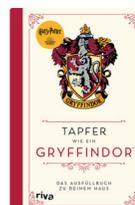


HARRY POTTER: KLUG WIE EIN RAVENCLAW

Das Ausfüllbuch zu deinem Haus
Wizarding World

16,99 € (D) · 16,99 € (AT)
ISBN 978-3-7423-1698-1

Format (L × H) 152 × 229 mm
Best.-Nr. 131698



HARRY POTTER: TAPFER WIE EIN GRYFFINDOR

Das Ausfüllbuch zu deinem Haus
Wizarding World

16,99 € (D) · 16,99 € (AT)
ISBN 978-3-7423-1697-4

Format (L × H) 152 × 229 mm
Best.-Nr. 131697



Autor
Wizarding World



Warengruppe
WG 9191

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite × Höhe)
118 × 165 mm

ISBN
978-3-7423-2333-0

Preis (AT)
20,00 €





NONBOOK

MONSTERKANTINE

Das rasante Logikspiel für clevere Köpfe

riva



★ Ein **kurzweiliges Familienspiel**, bei dem **Schnelligkeit** und ein **kluger Kopf** gefragt sind

” Die **witzigen Illustrationen** machen das Spiel zu einem **Hingucker für Groß und Klein**

◀ **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 Thekentalente ab 12 Jahren.

EINFACH LOSSPIELEN - OHNE LANGE ANLEITUNG UND KOMPLIZIERTE REGELN

Autor
Katrin Abfalter

Katrin Abfalter studierte Nordische Philologie, Germanistische Mediävistik und Germanistische Linguistik in München und Lund. Nach dem Abschluss ihres Literaturstudiums war sie als selbstständige Grafikerin 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.



Warengruppe
WG 9296

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
10,00 €

Seitenanzahl
60 Seiten

Format (Breite x Höhe)
110 x 130 mm

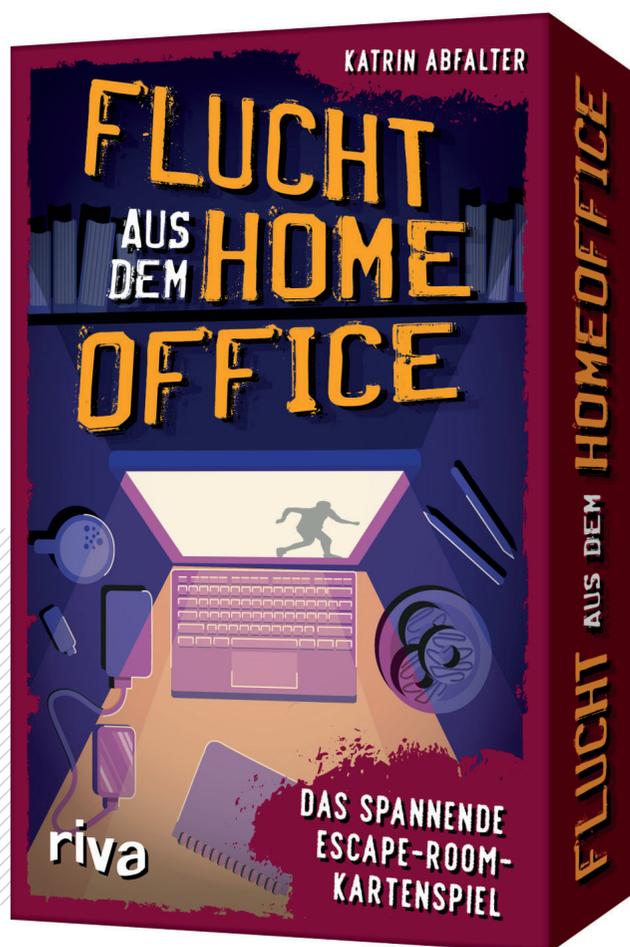
ISBN
978-3-7423-2324-8

Preis (AT)
10,00 €



FLUCHT AUS DEM HOMEOFFICE

Das spannende Escape-Room-Kartenspiel



★ **Das perfekte Geschenk für alle Escape- und Rätselfans**

◀ **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. Und das gegen die Zeit!



FLUCHT AUS DEM BÜRO – DAS SPANNENDE ESCAPE-ROOM-SPIEL

Entkomme deinem Chef
Abfalter Katrin

14,99 € (D) · 14,99 € (AT)
ISBN 978-3-7423-0954-9

Format (L × H) 148 × 210 mm
Best.-Nr. 130954



FLUCHT AUS DEM ALLTAG – DAS SPANNENDE ESCAPE-SPIEL

Entkomme dem täglichen Wahnsinn
Abfalter Katrin

14,99 € (D) · 14,99 € (AT)
ISBN 978-3-7423-1359-1

Format (L × H) 148 × 210 mm
Best.-Nr. 131359



Autor
Katrin Abfalter

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.



Warengruppe
WG 9191

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
10,00 €

Seitenanzahl
57 Seiten

Format (Breite × Höhe)
80 × 120 mm

ISBN
978-3-7423-2332-3

Preis (AT)
10,00 €





NONBOOK

ZEIT VERBRECHEN 2

Das Kartenspiel mit neuen Fällen und spannenden Fragen

riva



★ **30.000 verkaufte Exemplare von »ZEIT Verbrechen – Das Kartenspiel mit 60 spannenden Kriminalfällen«**

◀ **»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?



ZEIT VERBRECHEN
Das Kartenspiel mit 60 spannenden Kriminalfällen

10,00 € (D) · 10,00 € (AT) **Format (L x H) 80 x 120 mm**
ISBN 978-3-7423-1711-7 **Best.-Nr. 131711**



Warengruppe
WG 9120

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
10,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite x Höhe)
80 x 120 mm

ISBN
978-3-7423-2316-3

Preis (AT)
10,00 €



LOL – DIE ULTIMATIVE NICHT-LACHEN-CHALLENGE – EDITION AB 18 JAHREN

Das Kartenspiel



- ★ »LOL – Die ultimative Nicht-lachen-Challenge« **mit über 10.000 verkauften Exemplaren**
- » Amazon-Serie »LOL: Last One Laughing« **mit Rekord-Einschaltquoten**
- » 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!



LOL – DIE ULTIMATIVE NICHT-LACHEN-CHALLENGE
Das Kartenspiel

10,00 € (D) · 10,00 € (AT) Format (L × H) 70 × 100 mm
ISBN 978-3-7423-2195-4 Best.-Nr. 132195



LOL – DIE ULTIMATIVE NICHT-LACHEN-CHALLENGE
Mit 200 Witzen und Spielanleitung

8,00 € (D) · 8,30 € (AT) Format (L × H) 120 × 187 mm
ISBN 978-3-7423-1984-5 Best.-Nr. 131984



Warengruppe
WG 9185

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite × Höhe)
70 × 100 mm

ISBN
978-3-7423-2381-1

Preis (AT)
9,00 €



LOL – DIE ULTIMATIVE NICHT-LACHEN-CHALLENGE – EDITION FÜR MÄNNER

Das Kartenspiel



- ★ **Das perfekte Geschenk für Vatertag, Geburtstag oder Stammtisch**
- 📈 **Über 10.000 verkaufte Exemplare der Reihe »LOL – Die ultimative Nicht-lachen-Challenge«**
- 📈 **Amazon-Serie »LOL – Last one laughing« mit Rekord-Einschaltquoten**

◀ **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!

ENDLICH EIN SPIEL NUR FÜR MÄNNER

Warengruppe
WG 9185

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite × Höhe)
70 × 100 mm

ISBN
978-3-7423-2392-7

Preis (AT)
9,00 €



LOL – DIE ULTIMATIVE NICHT-LACHEN-CHALLENGE – EDITION FÜR KINDER

Das Kartenspiel



★ **Amazon-Serie »LOL – Last one laughing« mit Rekord-Einschaltquoten**

” »LOL – Die ultimative Nicht-lachen-Challenge« **mit über 10.000 verkauften Exemplaren**

◀ **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!

**PERFEKT FÜR JEDEN KINDERGEBURTSTAG
ODER DEN PAUSENHOF**

Warengruppe
WG 9290

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite × Höhe)
70 × 100 mm

ISBN
978-3-7423-2391-0

Preis (AT)
9,00 €





NONBOOK

FLASCHENDREHEN – EXTREM

60 verrückte Aufgaben
und Mutproben

riva



★ *Die außergewöhnlichste Variante
des Kartenspiel-Bestsellers*

◀ Flaschendreihen ist der Klassiker unter den Partyspielen
Doch mit Kindergeburtstag hat das hier wenig zu tun!

»Flaschendreihen – 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.

ÜBER 30.000 VERKAUFTE EXEMPLARE VON »FLASCHENDREHEN«

Warengruppe
WG 9191

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
18.07.2023

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite x Höhe)
70 x 100 mm

ISBN
978-3-7423-2341-5

Preis (AT)
9,00 €



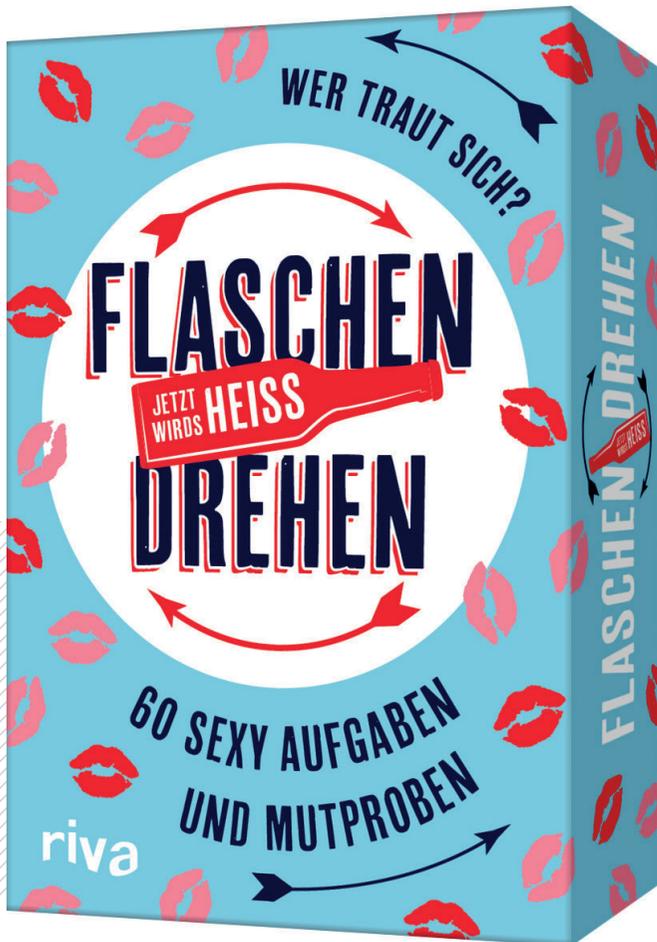


NONBOOK

riva

FLASCHENDREHEN – JETZT WIRD'S HEISS

60 sexy Aufgaben und Mutproben



★ **Mehr als 100.000 verkaufte Exemplare** unserer Spieleklassiker für Erwachsene

” **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.

**ÜBER 30.000 VERKAUFTE EXEMPLARE
VON »FLASCHENDREHEN«**

Warengruppe
WG 9191

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
18.07.2023

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite x Höhe)
70 x 100 mm

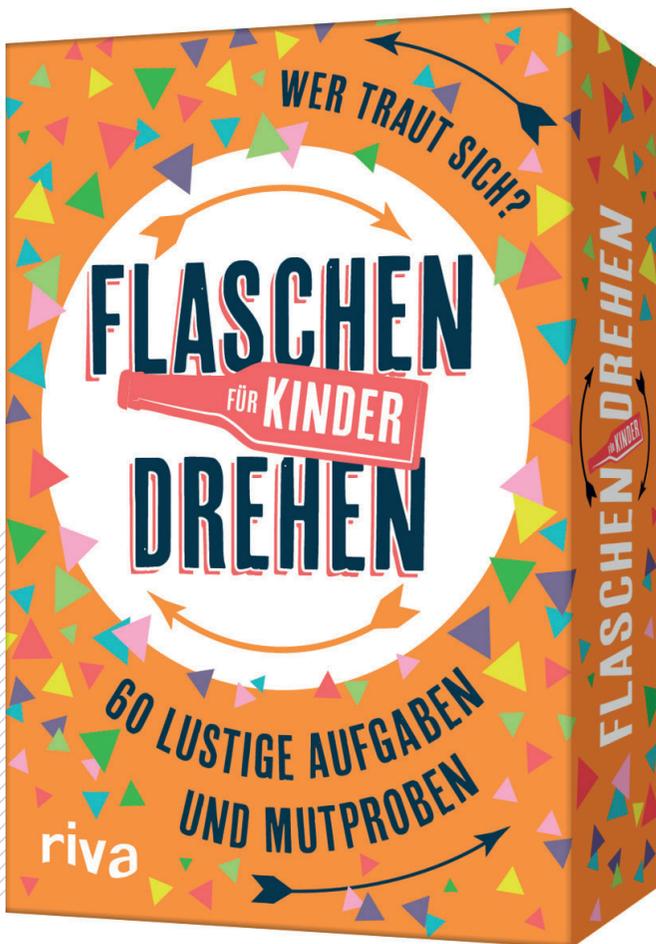
ISBN
978-3-7423-2340-8

Preis (AT)
9,00 €



FLASCHENDREHEN – DIE KINDEREDITION

60 lustige Aufgaben und Mutproben
für Kinder ab 6 Jahren



- ★ **Über 33.000 verkaufte Exemplare** von »Flaschendreihen«
- ” **Für zu Hause oder unterwegs** – jederzeit und überall spielbar
- ” **Für Kinder ab 6 Jahren**

◀ **Flaschendreihen 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!

**DAS PERFEKTE GESCHENK FÜR DEN KINDERGEBURTSTAG
ODER DIE SCHULTÜTE**

Autor
Sybille Beck

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«.



Warengruppe
WG 9191

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
18.07.2023

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite × Höhe)
70 × 100 mm

ISBN
978-3-7423-2339-2

Preis (AT)
9,00 €



PASS AUF, WAS DU SAGST – DIE EDITION FÜR ERWACHSENE

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



★ **Über 16.000 verkaufte Exemplare**
von »Pass auf, was du sagst – Die
Kinderedition«

◀ »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 »Viel-
leicht« 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 Men-
ge Spaß auch das ein oder andere Geständnis!

DER BELIEBTE SPIELEKLASSIKER JETZT AUCH FÜR ERWACHSENE

Autor
Emma Hegemann

Emma Hegemann hat Literaturwissenschaft in Erlangen studiert. Nach mehreren Jahren als Lektorin in den verschiedensten Münchner Sachbuchverlagen hat sie sich als Autorin und Spielentwicklerin selbstständig gemacht. Hegemann lebt und arbeitet bei Bamberg.

EH

Warengruppe
WG 9191

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite × Höhe)
70 × 100 mm

ISBN
978-3-7423-2353-8

Preis (AT)
9,00 €



PASS AUF, WAS DU SAGST – DIE TEENIEEDITION

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



★ **Die Teenie-Edition zum Bestseller**
Nummer eins in der Kategorie Kar-
tenspiele

» **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 ant-**
worten ist ganz einfach? Fehlanzeige! Nur wer geschickt
und schlagfertig genug ist, kann hier gewinnen.

»Pass auf, was du sagst – Die Teenieedition« enthält zahl-
reiche 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 Kar-
tenspiel ist jede Menge Spaß garantiert!



PASS AUF, WAS DU SAGST – DIE KINDEREDITION
Wer bei diesem Spiel »Ja«, »Nein« oder »Vielleicht« sagt, verliert!
Hegemann Emma

8,99 € (D) · 8,99 € (AT) Format (L × H) 70 × 100 mm
ISBN 978-3-7423-1467-3 Best.-Nr. 131467



Autor
Emma Hegemann

Emma Hegemann hat Literaturwissenschaft in Erlangen studiert. Nach mehreren Jahren als Lektorin in den verschiedensten Münchner Sachbuchverlagen hat sie sich als Autorin und Spielentwicklerin selbstständig gemacht. Hegemann lebt und arbeitet bei Bamberg.



Warengruppe
WG 9191

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite × Höhe)
70 × 100 mm

ISBN
978-3-7423-2354-5

Preis (AT)
9,00 €



PASS AUF, WAS DU SAGST – EXTREME

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



★ **Über 16.000 verkaufte Exemplare** von »Pass auf, was du sagst – Die Kinderedition«

◀ »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 Schlagfertigungsprofis oder Um-die-Ecke-Denker – mit diesem kniffligen Kartenspiel kommt garantiert jeder auf seine Kosten!

DAS BESTSELLER-SPIEL IN EINER HERAUSFORDERNDEN VARIANTE FÜR KÖNNER

Autor
Emma Hegemann

Emma Hegemann hat Literaturwissenschaft in Erlangen studiert. Nach mehreren Jahren als Lektorin in den verschiedensten Münchner Sachbuchverlagen hat sie sich als Autorin und Spielentwicklerin selbstständig gemacht. Hegemann lebt und arbeitet bei Bamberg.

EH

Warengruppe
WG 9191

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite × Höhe)
70 × 100 mm

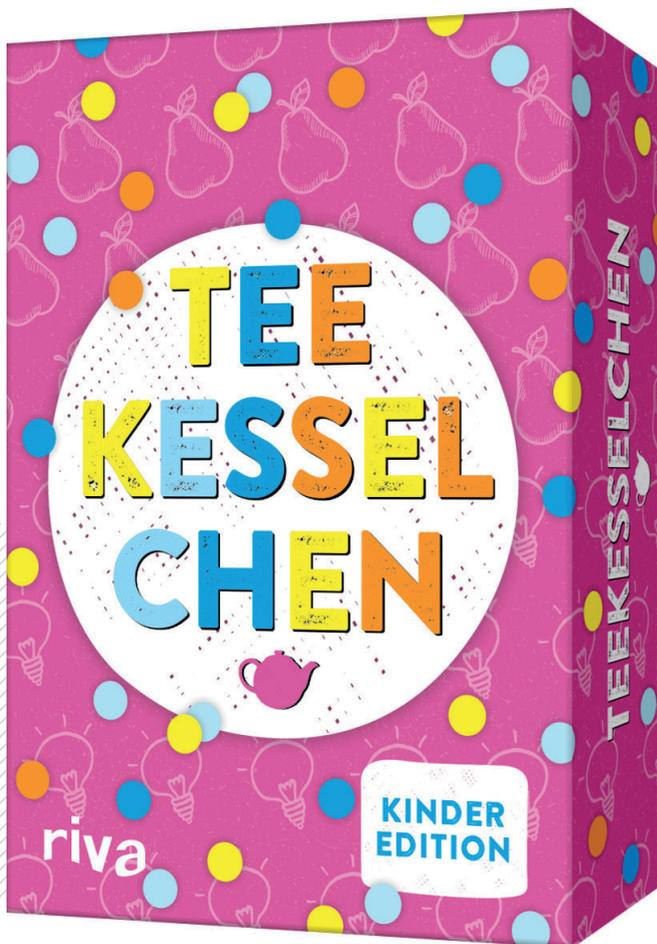
ISBN
978-3-7423-2355-2

Preis (AT)
9,00 €



TEEKESSELCHEN – DIE KINDER- EDITION

Ein Wort, zwei Bedeutungen – der Klassiker
als Kartenspiel



★ **Mehr als 10.000 verkaufte
Exemplare** von »Teekesselchen«

” **Der Spieleklassiker extra für
Kinder**

” **Für Kinder ab 6 Jahren**

◀ **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!

**SPIELERISCHES LERNEN -
LEICHT VERSTÄNDLICH MIT VIELEN SPIELVARIANTEN**

Warengruppe
WG 1297

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite x Höhe)
70 x 100 mm

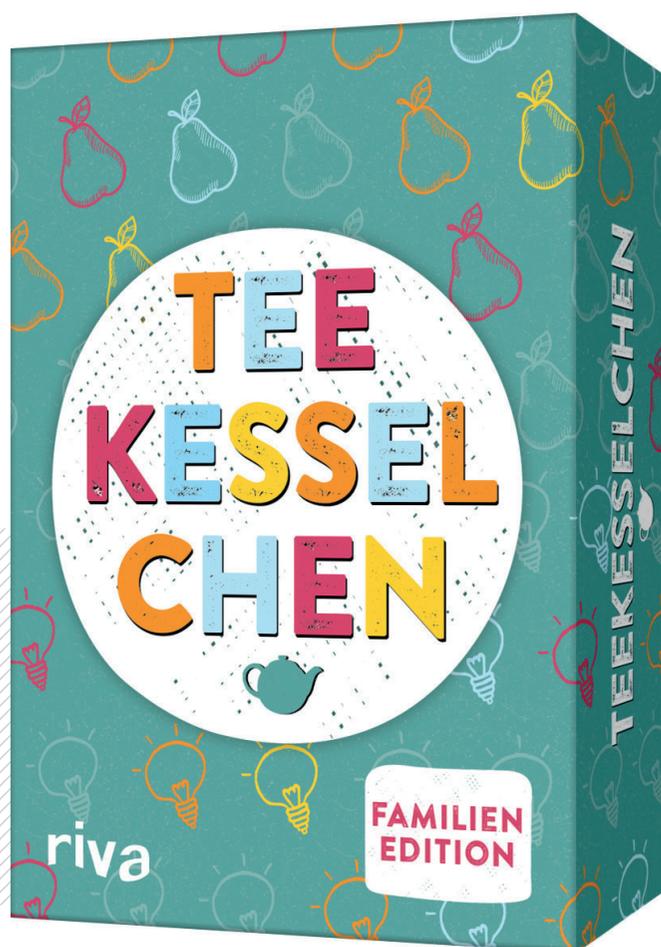
ISBN
978-3-7423-2348-4

Preis (AT)
9,00 €



TEEKESSELCHEN – DIE FAMILIENEDITION

riva



- ★ **Mehr als 10.000 verkaufte Exemplare von »Teekesselchen«**
- ” **Das perfekte Spiel für 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.



TEEKESSELCHEN

Ein Wort, zwei Bedeutungen – der Klassiker als Kartenspiel
riva Verlag

8,99 € (D) · 8,99 € (AT)
ISBN 978-3-7423-1716-2

Format (L × H) 70 × 100 mm
Best.-Nr. 131716



Warengruppe
WG 9416

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite × Höhe)
70 × 100 mm

ISBN
978-3-7423-2349-1

Preis (AT)
9,00 €

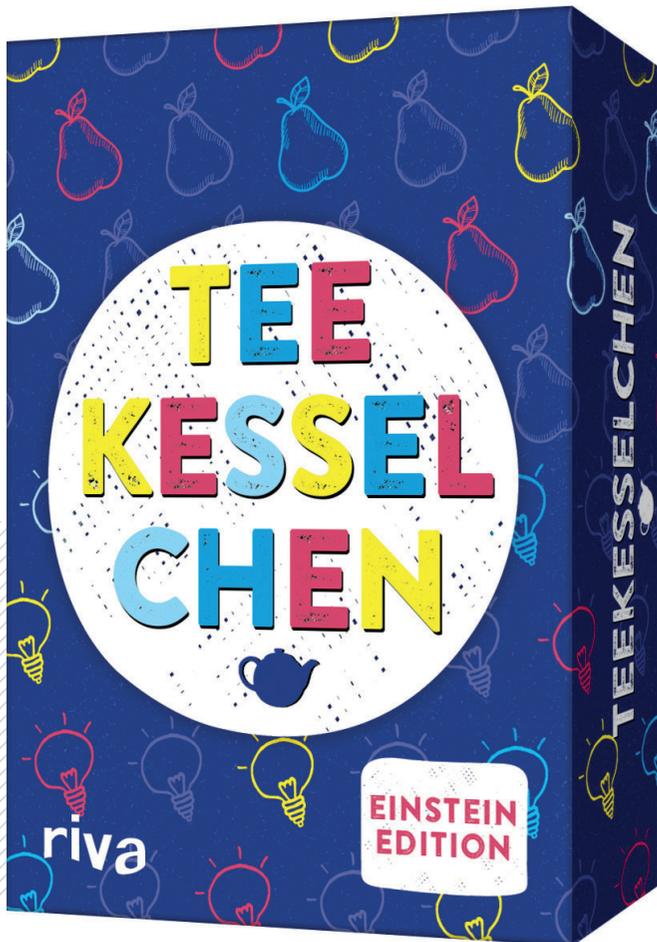




NONBOOK

TEEKESSELCHEN – DIE EINSTEINEDITION

riva



★ **Ideal für 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!

DIE EDITION FÜR ECHE GENIES

Warengruppe
WG 1416

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite x Höhe)
70 x 100 mm

ISBN
978-3-7423-2350-7

Preis (AT)
9,00 €



WAHRHEIT ODER PFLICHT – DIE MÄDCHENEDITION

mvgverlag 



★ **Über 90.000 verkaufte Exemplare von »Wahrheit oder Pflicht – Die Kinderedition«**

◀ **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.



**WAHRHEIT ODER PFLICHT –
DIE KINDEREDITION**
Hegemann Emma

10,00 € (D) · 10,00 € (AT) **Format (L × H) 70 × 100 mm**
ISBN 978-3-7474-0103-3 **Best.-Nr. 260103**



WAHRHEIT ODER PFLICHT
Mit 10 extra scharfen Karten
Hegemann Emma

8,99 € (D) · 8,99 € (AT) **Format (L × H) 70 × 100 × 23 mm**
ISBN 978-3-86882-969-3 **Best.-Nr. 240969**



Autor
**Emma
Hegemann**

Emma Hegemann hat Literaturwissenschaft in Erlangen studiert. Nach mehreren Jahren als Lektorin in den verschiedensten Münchner Sachbuchverlagen hat sie sich als Autorin und Spielentwicklerin selbstständig gemacht. Hegemann lebt und arbeitet bei Bamberg.



Warengruppe
WG 9191

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
20.06.2023

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite × Höhe)
70 × 100 mm

ISBN
978-3-7474-0531-4

Preis (AT)
9,00 €

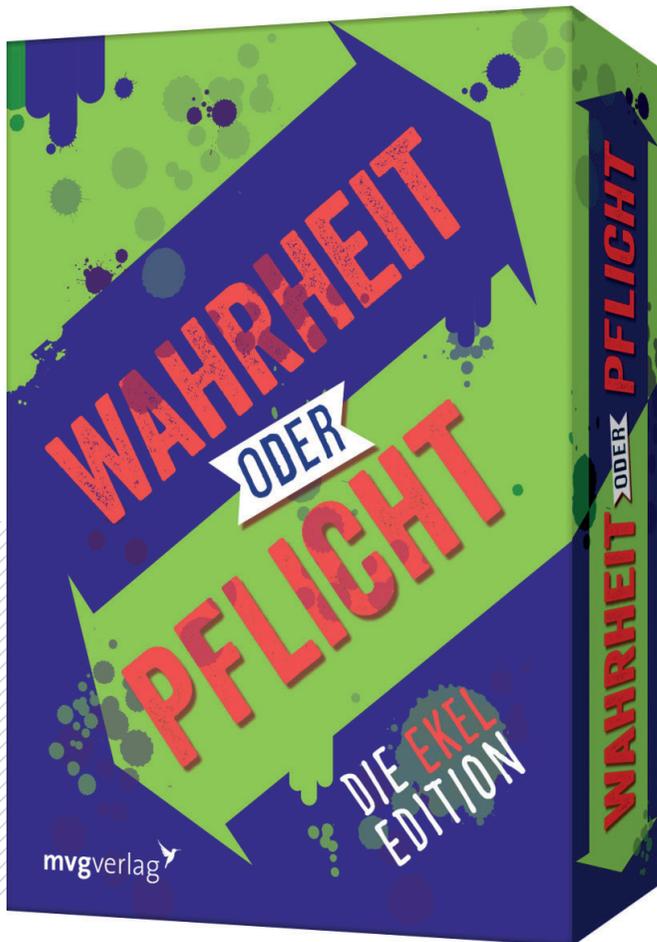




NONBOOK

WAHRHEIT ODER PFLICHT – DIE EKELEDITION

mvgverlag



★ **Weit über 100.000 verkaufte Exemplare** von »Wahrheit oder Pflicht«

◀ **Igitt, igitt!** »Wahrheit oder Pflicht« gibt es jetzt in einer extra ekligan 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.



**WAHRHEIT ODER PFLICHT –
DIE JUNGGESELLINNENABSCHIED-EDITION**

8,99 € (D) · 8,99 € (AT) **Format (L × H) 70 × 100 mm**
ISBN 978-3-7423-1486-4 **Best.-Nr. 131486**



**WAHRHEIT ODER PFLICHT –
FÜR PAARE**
Hegemann Emma

9,00 € (D) · 9,00 € (AT) **Format (L × H) 70 × 100 mm**
ISBN 978-3-7474-0390-7 **Best.-Nr. 260390**



Autor
Emma Hegemann

Emma Hegemann hat Literaturwissenschaft in Erlangen studiert. Nach mehreren Jahren als Lektorin in den verschiedensten Münchner Sachbuchverlagen hat sie sich als Autorin und Spielentwicklerin selbstständig gemacht. Hegemann lebt und arbeitet bei Bamberg.



Warengruppe
WG 9191

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
20.06.2023

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite × Höhe)
70 × 100 mm

ISBN
978-3-7474-0527-7

Preis (AT)
9,00 €



STILLE POST XXL

Der Klassiker in einer originellen Version für Erwachsene



- ★ **Der Klassiker »Stille Post«** in einer witzigen Version für Erwachsene
- ” **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.



STILLE POST – DIE KINDEREDITION

Der Spieleklassiker mit über 100 witzigen Begriffen

9,00 € (D) · 9,00 € (AT)
ISBN 978-3-7423-1983-8

Format (L × H) 70 × 100 mm
Best.-Nr. 131983



STILLE KUNST

Der Klassiker »Stille Post« in einer originellen Version für Erwachsene

8,99 € (D) · 8,99 € (AT)
ISBN 978-3-7423-1471-0

Format (L × H) 70 × 100 mm
Best.-Nr. 131471



Warengruppe
WG 9416

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
15.11.2022

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite × Höhe)
70 × 100 mm

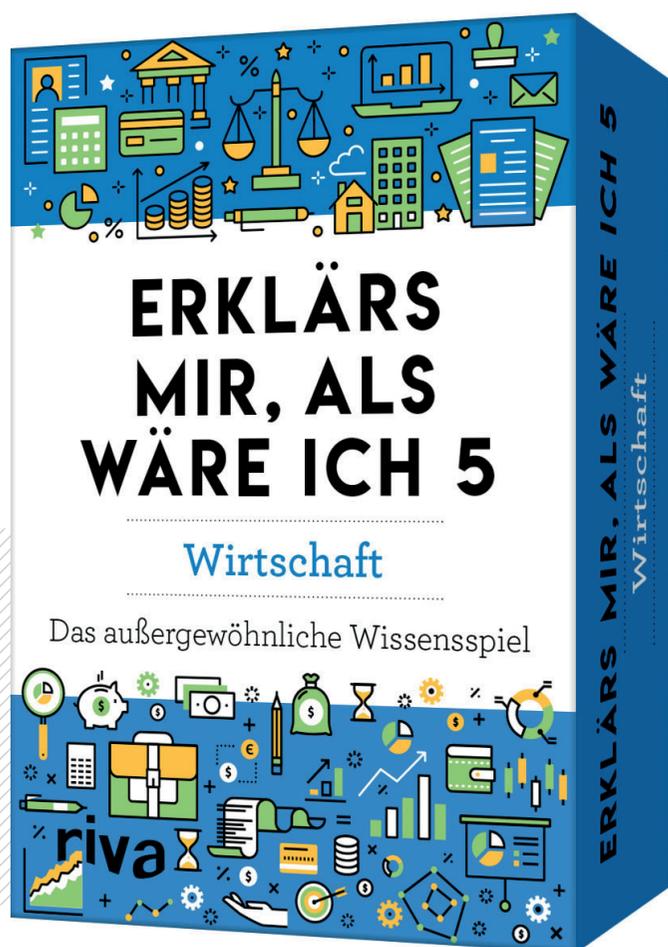
ISBN
978-3-7423-2390-3

Preis (AT)
9,00 €



ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5 – WIRTSCHAFT

Das außergewöhnliche Wissensspiel



★ **Über 300.000 verkaufte Titel der »Erklär mir, als wäre ich 5«-Produkte im riva Verlag**

» **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.



**ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5 –
DAS AUSSERGEWÖHNLICHE WISSENSSPIEL**
Cnyrim Petra; Graf Carolina

8,99 € (D) · 8,99 € (AT) **Format (L × H) 70 × 100 mm**
ISBN 978-3-7423-0847-4 **Best.-Nr. 130847**



**ERKLÄRS MIR, ALS WÄRE ICH 5 –
KINDERFRAGEN EINFACH BEANTWORTET**
Das außergewöhnliche Wissensspiel für Kinder
Graf Carolina; Cnyrim Petra

8,99 € (D) · 8,99 € (AT) **Format (L × H) 70 × 100 mm**
ISBN 978-3-7423-1234-1 **Best.-Nr. 131234**



Autor
Petra Cnyrim

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



Warengruppe
WG 9980

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
9,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite × Höhe)
70 × 100 mm

ISBN
978-3-7423-2369-9

Preis (AT)
9,00 €



TRAUER UND VERLUST VERSTEHEN, ANNEHMEN UND MEISTERN

55 Karten zur Trauerbewältigung



★ **Erstes Kartendeck zum Thema Trauerbewältigung**

” **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 Kraft tanken durch den Trauerprozess und gibt dabei neben Verständnis und Zuversicht auch jede Menge Mut, sich dem neuen Lebensabschnitt zu stellen.

**TRAUERBEWÄLTIGUNG IST EIN THEMA,
DAS UNS ALLE BETRIFFT**

Autor
Stefanie Eichler

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.

SE

Warengruppe
WG 9481

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
10,00 €

Seitenanzahl
55 Seiten

Format (Breite × Höhe)
80 × 120 mm

ISBN
978-3-7423-2359-0

Preis (AT)
10,00 €





NONBOOK

WERDE BEZIEHUNGSFÄHIG

Innere Konflikte heilen und eine erfüllte Partnerschaft leben

mvgverlag



- ★ **Über 200.000 verkaufte Tepperwein-Titel** im mvg Verlag
- ” **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.



LOSLASSEN, WAS NICHT GLÜCKLICH MACHT – DAS KARTENSET FÜR MEHR LEICHTIGKEIT
Tepperwein Kurt

8,00 € (D) · 8,00 € (AT) Format (L × H) 70 × 100 mm
ISBN 978-3-7474-0099-9 Best.-Nr. 260099



LEBENSFREUDE FÜR JEDEN TAG – DAS KARTENSET FÜR MEHR ACHTSAMKEIT, GELASSENHEIT UND GLÜCK
Tepperwein Kurt

8,00 € (D) · 8,00 € (AT) Format (L × H) 70 × 100 mm
ISBN 978-3-7474-0100-2 Best.-Nr. 260100



Autor
Kurt Tepperwein

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.



Warengruppe
WG 9483

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
8,00 €

Seitenanzahl
57 Seiten

Format (Breite × Höhe)
70 × 100 mm

ISBN
978-3-7474-0519-2

Preis (AT)
8,00 €



55 THERAPEUTISCHE IMPULSE TO GO



★ **Über 50.000 verkaufte Karten-decks** des Autors im mvg Verlag

” **55 leicht umzusetzende Techniken und Tipps** gegen Stress, Anspannung und negative Gefühle

◀ **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.

**PRAKTISCHER TASCHENTHERAPEUT -
AUCH FÜR UNTERWEGS BESTENS GEEIGNET**

Autor
Aljoscha Long

Aljoscha A. Long studierte Psychologie, Philosophie und Linguistik. Er ist als Autor, Komponist, Therapeut und Taijiquan- und Qigong-Lehrer tätig. Er lebt mit seiner Frau, der chinesischen Heilerin Fei Long, in München und Guangzhou.

AL

Warengruppe
WG 9481

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
8,00 €

Seitenanzahl
57 Seiten

Format (Breite × Höhe)
70 × 100 mm

ISBN
978-3-7474-0524-6

Preis (AT)
8,00 €





NONBOOK

55 IMPULSE FÜR DIE REISE ZU MIR SELBST

mvgverlag



- ★ **Über 50.000 verkaufte Karten-decks** des Autors im mvg Verlag
- ” **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!



55 ACHTSAMKEITSIMPULSE FÜR DICH
Long Aljoscha; Schweppe Ronald Pierre

8,00 € (D) · 8,00 € (AT) Format (L × H) 70 × 100 mm
ISBN 978-3-7474-0202-3 Best.-Nr. 260202



Autor
Ronald Schweppe

Ronald P. Schweppe ist Orchestermusiker und Autor zahlreicher Bücher im Bereich Spiritualität und Lebenskunst. Seit über 30 Jahren beschäftigt er sich mit fernöstlicher Philosophie, Buddhismus und Achtsamkeitsverfahren. Er lebt mit seiner Frau und seinen drei Kindern in München.



Warengruppe
WG 9481

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
8,00 €

Seitenanzahl
57 Seiten

Format (Breite × Höhe)
70 × 100 mm

ISBN
978-3-7474-0522-2

Preis (AT)
8,00 €



1% VERÄNDERUNG, 100% WIRKUNG

55 Impulse zum großen Glück



- ★ **Knapp 300.000 verkaufte Exemplare der »1%-Methode« von James Clear**
- » **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 Schwappe und Aljoscha Long gelingt jedes Vorhaben. Die 55 Micro Habits sorgen für mehr Erfolgserlebnisse und Glücksgefühle im Alltag!



55 ACHTSAMKEITSIMPULSE FÜR KINDER
Schwappe Ronald Pierre; Long Aljoscha

8,00 € (D) · 8,00 € (AT) Format (L × H) 70 × 100 mm
ISBN 978-3-7474-0372-3 Best.-Nr. 260372



KLEINE MEDITATIONEN UND FANTASIEREISEN FÜR KINDER
55 einfache Übungen zum Entspannen – für Kinder ab 5 Jahren

Schwappe Ronald Pierre; Long Aljoscha
8,00 € (D) · 8,00 € (AT) Format (L × H) 70 × 100 mm
ISBN 978-3-7474-0498-0 Best.-Nr. 260498



Autor

**Aljoscha Long,
Ronald Schwappe**

Aljoscha A. Long studierte Psychologie, Philosophie und Linguistik. Er ist als Autor, Komponist, Therapeut und Taijiquan- und Qigong-Lehrer tätig. Er lebt mit seiner Frau, der chinesischen Heilerin Fei Long, in München und Guangzhou. **Ronald P. Schwappe** ist Orchestermusiker und Autor zahlreicher Bücher im Bereich Spiritualität und Lebenskunst. Seit über 30 Jahren beschäftigt er sich mit fernöstlicher Philosophie, Buddhismus und Achtsamkeitsverfahren. Er lebt mit seiner Frau und seinen drei Kindern in München.



Warengruppe
WG 9481

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
8,00 €

Seitenanzahl
57 Seiten

Format (Breite × Höhe)
70 × 100 mm

ISBN
978-3-7474-0523-9

Preis (AT)
8,00 €





NONBOOK

PRALINEN FÜR DICH

Das Spiel für clevere Naschkatzen

riva



★ **Über 120.000 verkaufte Exemplare** von Katrin Abfalter im riva Verlag

” **Ein unterhaltsames Gesellschaftsspiel** für alle Altersgruppen

” **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!

KURZE SPIELRUNDEN UND EINE STEILE LERNKURVE FÜR LANG ANHALTENDEN SPIELSPASS

Autor
Katrin Abfalter

Katrin Abfalter studierte Nordische Philologie, Germanistische Mediävistik und Germanistische Linguistik in München und Lund. Nach dem Abschluss ihres Literaturstudiums war sie als selbstständige Grafikerin 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.



Warengruppe
WG 9191

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
10,00 €

Seitenanzahl
94 Seiten

Format (Breite x Höhe)
130 x 110 mm

ISBN
978-3-7423-2322-4

Preis (AT)
10,00 €



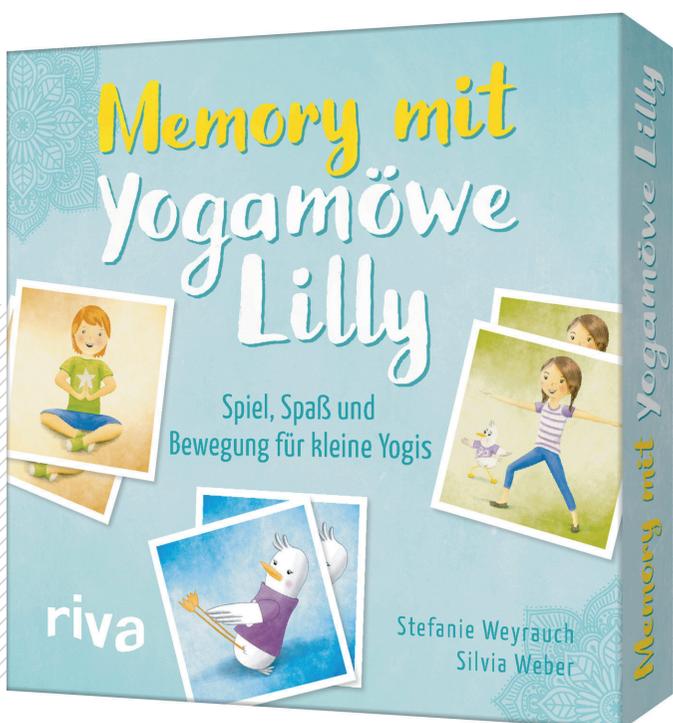
MEMORY MIT YOGAMÖWE LILLY

Spiel, Spaß und Bewegung
für kleine Yogis

★ **Spaß und Bewegung für Kinder ab 3 Jahren**

” **60 Karten und ein Begleitbuch mit zahlreichen Spielvarianten**

” **Hochwertige Stülpchachtel 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 ühend und tanzend fortbewegen. Jede Spielvariante lässt den Kindern genügend Raum für die eigene Kreativität. Im Begleitbuch erklären die Autorinnen, wie gut Yoga Kindern tut, geben Tipps zum Üben und beschreiben die acht Spielmöglichkeiten. Außerdem wird jede Yogaposition nochmals abgebildet und beschrieben. So macht Yoga richtig Spaß!

ABENTEUER IM SCHNEE MIT YOGAMÖWE LILLY

Eine winterliche Mitmachgeschichte für kleine Yogis
Weyrauch Stefanie; Weber Silvia

13,00 € (D) · 13,40 € (AT) **Format (L × H) 200 × 240 mm**
ISBN 978-3-7423-1868-8 **Best.-Nr. 131868**



INSELABENTEUER MIT YOGAMÖWE LILLY

Eine spannende Mitmachgeschichte für kleine Yogis.
Ab 3 Jahren

Weber Silvia; Weyrauch Stefanie

12,99 € (D) · 13,40 € (AT) **Format (L × H) 200 × 240 mm**
ISBN 978-3-7423-1596-0 **Best.-Nr. 131596**



Autor

**Stefanie
Weyrauch,
Silvia Weber**

Stefanie Weyrauch ist Yogalehrerin mit eigenem Studio und zweifache Mutter. Sie ist seit zehn Jahren als Kinderyogalehrerin für alle Altersklassen tätig. **Silvia Weber** arbeitet seit 15 Jahren als Mediengestalterin für Printmedien. Durch und mit ihrer Tochter entdeckte sie die Liebe zu Kinderbüchern.



Warengruppe
WG 9297

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
14,00 €

Seitenanzahl
60 Seiten

Format (Breite × Höhe)
130 × 130 mm

ISBN
978-3-7423-2291-3

Preis (AT)
14,00 €





NONBOOK

KÜCHENETIKETTEN FÜR JEDE GELEGENHEIT

Für Gläser, Flaschen und vieles mehr

riva

★ **Über 25.000 verkaufte Kochbücher**
von »CALLEkocht« im riva Verlag

” **Erfolgreicher YouTuber** mit mehr
als 400.000 Abonnenten



◀ 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.

**DAS PERFEKTE GESCHENK
FÜR ALLE EINMACHPROFIS UND EINFRIERFANS**

Autor
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.



Warengruppe
WG 9459

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
6,00 €

Seitenanzahl
30 Seiten

Format (Breite x Höhe)
105 x 105 mm

ISBN
978-3-7423-2315-6

Preis (AT)
6,00 €



HERR JANOSCH, WIE WIRD MAN BEI DER ARBEIT GLÜCKLICH?

Wondraks Weisheiten für einen entspannten Büroalltag zum Aufstellen und Verschenken
– 20 Postkarten

★ **Aus der erfolgreichen »Wondrak«-Kolumne des »ZEITmagazins«**

» **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.

HERR JANOSCH, WIE WIRD MAN GLÜCKLICH?

Wondraks Weisheiten zum Aufstellen und Verschenken – 20 Postkarten

Janosch

12,00 € (D) · 12,00 € (AT)

Format (L × H) 150 × 120 mm

ISBN 978-3-7423-2154-1

Best.-Nr. 132154



Autor
Janosch

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.



Warengruppe
WG 7191

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
12,00 €

Seitenanzahl
21 Seiten

Format (Breite × Höhe)
150 × 120 mm

ISBN
978-3-7423-2345-3

Preis (AT)
12,00 €



KARTENBOXEN

Backlist-Titel

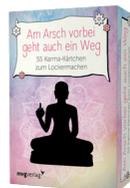


DER GEILE SCHEISS VOM GLÜCKHSEIN – 55 GLÜCKSKARTEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

Weidlich, Andrea

8,00 € (D) · 8,00 € (AT)
ISBN 9783747401866

Format (L × H) 70 × 100 mm
Best.-Nr. 260186



AM ARSCH VORBEI GEHT AUCH EIN WEG – 55 KARMA-KÄRTCHEN ZUM LOCKERMACHEN

8,00 € (D) · 8,00 € (AT)
ISBN 9783747400869

Format (L × H) 70 × 100 mm
Best.-Nr. 260086



55 ACHTSAMKEITSIMPULSE FÜR DICH

Long, Aljoscha; Schweppe, Ronald Pierre

8,00 € (D) · 8,00 € (AT)
ISBN 9783747402023

Format (L × H) 70 × 100 mm
Best.-Nr. 260202



HEILE DEIN INNERES KIND

Mit 55 Karten zum stärkeren Ich
Tepperwein, Kurt

8,00 € (D) · 8,00 € (AT)
ISBN 9783747402009

Format (L × H) 70 × 100 mm
Best.-Nr. 260200



LEBENSFREUDE FÜR JEDEN TAG – DAS KARTENSET FÜR MEHR ACHTSAMKEIT, GELASSENHEIT UND GLÜCK

Tepperwein, Kurt

8,00 € (D) · 8,00 € (AT)
ISBN 9783747401002

Format (L × H) 70 × 100 mm
Best.-Nr. 260100



PAUSE

55 kurze Entspannungsübungen für mehr Gelassenheit

8,00 € (D) · 8,00 € (AT)
ISBN 9783742314918

Format (L × H) 70 × 100 mm
Best.-Nr. 131491



GEHEIMNISVOLLE RAUMNÄCHTE – 48 ORAKELKARTEN MIT ANLEITUNG

Zum Weissagen, Orientieren und Neuausrichten
Deiß, Caroline

10,00 € (D) · 10,00 € (AT)
ISBN 9783747402450

Format (L × H) 80 × 120 mm
Best.-Nr. 260245



KLEINE MEDITATIONEN FÜR DEN ALLTAG

55 Übungskarten für mehr Achtsamkeit und Lebensfreude
Schweppe, Ronald Pierre; Long, Aljoscha

8,00 € (D) · 8,00 € (AT)
ISBN 9783747402214

Format (L × H) 70 × 100 mm
Best.-Nr. 260221



HEUTE IST FAMILIENZEIT

55 kleine Abenteuer, die nichts kosten
Wiechmann, Daniel

8,00 € (D) · 8,00 € (AT)
ISBN 9783742316929

Format (L × H) 70 × 100 mm
Best.-Nr. 131692



DAS LEBEN IST ZU KURZ FÜR SPÄTER – 55 KARMA-KÄRTCHEN, DIE DIR HELFEN, DEN MOMENT ZU GENIEßEN

8,00 € (D) · 8,00 € (AT)
ISBN 9783747400876

Format (L × H) 70 × 100 mm
Best.-Nr. 260087



KARTENSPIELE

Backlist-Titel



WAS ICH AN DIR LIEBE – DAS FRAGESPIEL FÜR PAARE

8,99 € (D) · 8,99 € (AT) **Format (L x H) 70 x 100 mm**
ISBN 9783742303042 **Best.-Nr. 130304**



WAHRHEIT ODER PFLICHT – DIE KINDEREDITION

Hegemann, Emma

8,99 € (D) · 8,99 € (AT) **Format (L x H) 70 x 100 mm**
ISBN 9783747401033 **Best.-Nr. 260103**



WAHRHEIT ODER PFLICHT

Mit 10 extra scharfen Karten
 Hegemann, Emma

8,99 € (D) · 8,99 € (AT) **Format (L x H) 70 x 100 mm**
ISBN 9783868829693 **Best.-Nr. 240969**



FLASCHENDREHEN

60 lustige Aufgaben und Mutproben
 Beck, Sybille

8,99 € (D) · 8,99 € (AT) **Format (L x H) 70 x 100 mm**
ISBN 9783742316714 **Best.-Nr. 131671**



WÜRDEST DU LIEBER ...? – JETZT WIRD'S HEISS

Das erotische Kartenspiel
 riva Verlag

9,00 € (D) · 9,00 € (AT) **Format (L x H) 70 x 100 mm**
ISBN 9783742312785 **Best.-Nr. 131278**



PASS AUF, WAS DU SAGST – DIE KINDEREDITION

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

Hegemann, Emma

8,99 € (D) · 8,99 € (AT) **Format (L x H) 70 x 100 mm**
ISBN 9783742314673 **Best.-Nr. 131467**



ZEIT VERBUCHEIN

Das Kartenspiel mit 60 spannenden Kriminalfällen

10,00 € (D) · 10,00 € (AT) **Format (L x H) 80 x 120 mm**
ISBN 9783742317117 **Best.-Nr. 131711**



WÜRDEST DU LIEBER ...?

Das Kartenspiel

8,99 € (D) · 8,99 € (AT) **Format (L x H) 70 x 100 mm**
ISBN 9783742307545 **Best.-Nr. 130754**



WER VON UNS ...? – SO DENKEN DEINE FREUNDE WIRKLICH ÜBER DICH

Der Partyklassiker »Wer würde eher ...?«
 als Kartenspiel

8,99 € (D) · 8,99 € (AT) **Format (L x H) 70 x 100 mm**
ISBN 9783742314697 **Best.-Nr. 131469**



AM ARSCH VORBEI GEHT AUCH EIN WEG – DAS KARTENSPIEL FÜR MEHR GELASSENHEIT

8,99 € (D) · 8,99 € (AT) **Format (L x H) 70 x 100 mm**
ISBN 9783868827927 **Best.-Nr. 240792**



SOUNDMASCHINEN

Backlist-Titel



AM ARSCH VORBEI – DIE GELASSENHEITSMASCHINE

12,99 € (D) · 12,99 € (AT) Format (L × H) 127 × 215 mm
ISBN 9783868828139 Best.-Nr. 240813



FUCK – DIE SCHIMPFMASCHINE

12,99 € (D) · 12,99 € (AT) Format (L × H) 126 × 215 mm
ISBN 9783742301994 Best.-Nr. 130199



WAS ICH AN DIR LIEBE – DIE KOMPLIMENTEMASCHINE

12,99 € (D) · 12,99 € (AT) Format (L × H) 127 × 215 mm
ISBN 9783742302076 Best.-Nr. 130207



RUHE AUF DEN BILLIGEN PLÄTZEN – DIE LEHRERMASCHINE

12,99 € (D) · 12,99 € (AT) Format (L × H) 125 × 215 mm
ISBN 9783742303950 Best.-Nr. 130395



RÄUM ENDLICH DEIN ZIMMER AUF – DIE MAMAMASCHINE

12,99 € (D) · 12,99 € (AT) Format (L × H) 126 × 215 mm
ISBN 9783742302083 Best.-Nr. 130208



QUÄL DICH, DU SAU – DIE FITNESSMASCHINE

16 motivierende Sounds für Sportler

12,99 € (D) · 12,99 € (AT) Format (L × H) 60 × 100 mm
ISBN 9783742306821 Best.-Nr. 130682



IHREN JOB MÖCHTE ICH HABEN – DIE CHEFMASCHINE

12,99 € (D) · 12,99 € (AT) Format (L × H) 125 × 215 mm
ISBN 9783742303967 Best.-Nr. 130396



DAS BUFFET IST ERÖFFNET – DIE PARTYMASCHINE

12,99 € (D) · 12,99 € (AT) Format (L × H) 127 × 213 mm
ISBN 9783742303943 Best.-Nr. 130394



MACH ICH GLEICH – DIE TEENIEMASCHINE

12,99 € (D) · 12,99 € (AT) Format (L × H) 60 × 100 mm
ISBN 9783742311818 Best.-Nr. 131181



O DU FRÖHLICHE – DIE WEIHNACHTSMASCHINE

12,99 € (D) · 12,99 € (AT) Format (L × H) 127 × 214 mm
ISBN 9783742303936 Best.-Nr. 130393



ESCAPE-SPIELE

Backlist-Titel



**FLUCHT AUS DEM BÜRO –
DAS SPANNENDE ESCAPE-ROOM-SPIEL**
Entkomme deinem Chef
Abfalter, Katrin
14,99 € (D) · 14,99 € (AT) **Format (L × H)** 148 × 210 mm
ISBN 9783742309549 **Best.-Nr.** 130954



**FLUCHT AUS DER SCHULE –
DAS SPANNENDE ESCAPE-SPIEL FÜR KINDER**
Entkomme aus dem Klassenzimmer
Abfalter, Katrin
9,99 € (D) · 9,99 € (AT) **Format (L × H)** 125 × 187 mm
ISBN 9783742313294 **Best.-Nr.** 131329



**DEIN ESCAPE-ROOM-ADVENTSKALENDER –
DAS GEHEIMNISVOLLE PAKET**
24 packende Rätsel in einem Escape-Krimi
Abfalter, Katrin
13,00 € (D) · 13,40 € (AT) **Format (L × H)** 205 × 156 mm
ISBN 9783742319050 **Best.-Nr.** 131905



**FLUCHT AUS DEM ALLTAG –
DAS SPANNENDE ESCAPE-SPIEL**
Entkomme dem täglichen Wahnsinn
Abfalter, Katrin
14,99 € (D) · 14,99 € (AT) **Format (L × H)** 148 × 210 mm
ISBN 9783742313591 **Best.-Nr.** 131359



FLUCHT AUS BERLIN
Das spannende Escape-Room-Kartenspiel
Abfalter, Katrin
10,00 € (D) · 10,00 € (AT) **Format (L × H)** 80 × 120 mm
ISBN 9783742316851 **Best.-Nr.** 131685



**DAS ESCAPE-DINNER – EIN KULINARISCHES E-
SCAPE-ROOM-ABENTEUER IN 3 GÄNGEN**
Mit Rezepten
Abfalter, Katrin
14,99 € (D) · 14,99 € (AT) **Format (L × H)** 148 × 210 mm
ISBN 9783742317445 **Best.-Nr.** 131744



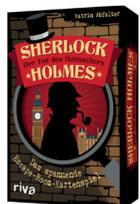
**FLUCHT AUS DER WEIHNACHTSWERKSTATT.
DEIN ESCAPE-ADVENTSKALENDER**
Entkomme in 24 Tagen
Abfalter, Katrin
9,99 € (D) · 10,30 € (AT) **Format (L × H)** 150 × 105 mm
ISBN 9783742314932 **Best.-Nr.** 131493



FLUCHT AUS LONDON
Das spannende Escape-Room-Kartenspiel
Abfalter, Katrin
10,00 € (D) · 10,00 € (AT) **Format (L × H)** 80 × 120 mm
ISBN 9783742316868 **Best.-Nr.** 131686



**DEIN ESCAPE-ROOM-ADVENTURE –
DAS GEHEIMNIS DER ENIGMA**
Trenti, Nicolas
15,00 € (D) · 15,00 € (AT) **Format (L × H)** 190 × 240 mm
ISBN 9783742320421 **Best.-Nr.** 132042



**SHERLOCK HOLMES –
DER TOD DES HUTMACHERS**
Das spannende Escape-Room-Kartenspiel
Abfalter, Katrin
10,00 € (D) · 10,00 € (AT) **Format (L × H)** 80 × 120 mm
ISBN 9783742319982 **Best.-Nr.** 131998



SPIELEBLOCKS

Backlist-Titel



STATT LAND FLUSS

Das Spielbuch mit 60 neuen Kategorien –
Die lustige Variante von Stadt-Land-Fluss
riva Verlag

7,99 € (D) · 7,99 € (AT) **Format (L × H)** 215 × 280 mm
ISBN 9783742307583 **Best.-Nr.** 130758



STADT LAND SCHUSS

Das Spielbuch mit 60 neuen Kategorien –
Die Fußball-Variante von Stadt-Land-Fluss
Napolski, Nicolai

7,99 € (D) · 7,99 € (AT) **Format (L × H)** 215 × 280 mm
ISBN 9783742310767 **Best.-Nr.** 131076



DIE GROSSE SPIELESAMMLUNG

20 Klassiker mit Papier und Bleistift

9,99 € (D) · 9,99 € (AT) **Format (L × H)** 215 × 280 mm
ISBN 9783742310538 **Best.-Nr.** 131053



STATT LAND FLUSS – DIE TATORT-EDITION

8,00 € (D) · 8,00 € (AT) **Format (L × H)** 280 × 215 mm
ISBN 9783742318176 **Best.-Nr.** 131817



STATT LAND FLUSS FÜR KINDER

Das Spielbuch mit 50 abwechslungsreichen Kategorien –
Die lustige Variante von Stadt-Land-Fluss
Graf, Carolina

7,99 € (D) · 7,99 € (AT) **Format (L × H)** 215 × 280 mm
ISBN 9783742316523 **Best.-Nr.** 131652



STATT LAND FLUSS FÜR DIE GANZE FAMILIE

Das Spielbuch mit 50 neuen Kategorien –
Die lustige Variante von Stadt-Land-Fluss

8,00 € (D) · 8,00 € (AT) **Format (L × H)** 215 × 280 mm
ISBN 9783742320223 **Best.-Nr.** 132022



STADT LAND SEX

Das Spielbuch mit 60 neuen Kategorien –
Die heiße Variante von Stadt-Land-Fluss

7,99 € (D) · 7,99 € (AT) **Format (L × H)** 215 × 280 mm
ISBN 9783742311047 **Best.-Nr.** 131104



DIE GROSSE SPIELESAMMLUNG FÜR DIE GANZE FAMILIE

50 originelle Spielideen für unterwegs und zu Hause
Hegemann, Emma

14,99 € (D) · 15,50 € (AT) **Format (L × H)** 148 × 210 mm
ISBN 9783742314383 **Best.-Nr.** 131438



DIE GROSSE SPIELESAMMLUNG FÜR DIE GANZE FAMILIE

50 originelle Spielideen für unterwegs und zu Hause
Hegemann, Emma

14,99 € (D) · 15,50 € (AT) **Format (L × H)** 148 × 210 mm
ISBN 9783742314383 **Best.-Nr.** 131438



STADT LAND BUCH

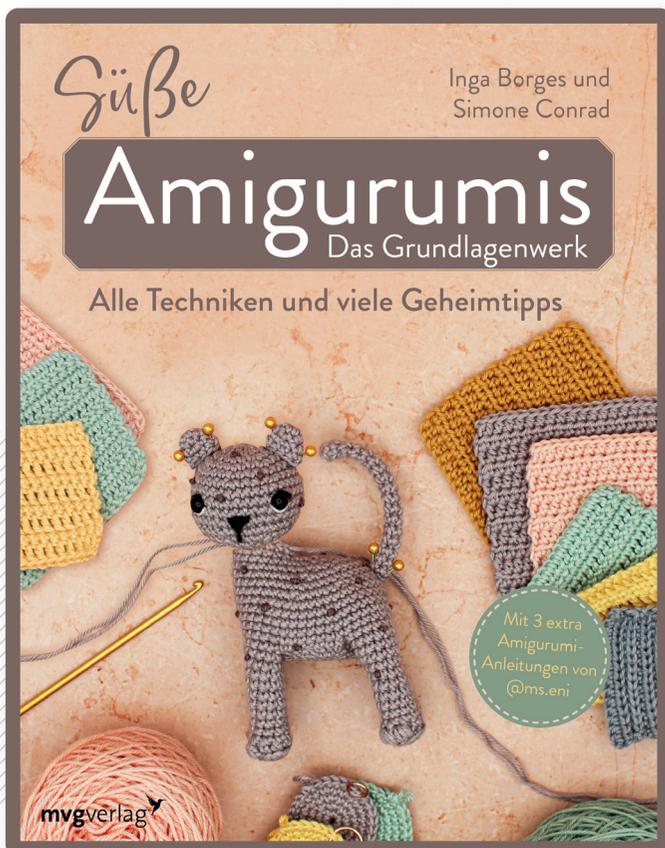
Das Spielbuch mit 60 neuen Kategorien – Die literarische
Variante von Stadt-Land-Fluss
Heer, Carina

7,99 € (D) · 7,99 € (AT) **Format (L × H)** 215 × 280 mm
ISBN 9783742312297 **Best.-Nr.** 131229



SÜSSE AMIGURUMIS – DAS GRUNDLAGENWERK

Alle Techniken und viele Geheimtipps –
Mit 3 extra Amigurumi-Anleitungen



★ *Alle Techniken, einschließlich verschiedener Varianten, werden mit leicht verständlichen **Schritt-für-Schritt-Bildern erklärt** – für Anfänger*innen und Fortgeschrittene*

◀ **Der Amigurumi-Trend ist nicht aufzuhalten – die Ideen für die niedlichen Häkelfiguren sind endlos.** Mit der richtigen Anleitung kann jeder das perfekte Amigurumis 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 aber 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, begleitet den/die Häkler*in Schritt-für-Schritt auf dem Weg zu perfekten Amigurumi. Man lernt alle wichtigen Amigurumitechniken und diverse Varianten kennen, die das Amigurumi-Häkeln leichter machen werden. Häkler*innen erfahren, wie man eigene Figur individuell gestalten kann und mit welchen Handgriffen jedes Amigurumi noch besser wird.

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

Autor

**Simone Conrad,
Inga Borges**

Simone Conrad ist Häkel- und DIY-Bloggerin. Neben ihrem sehr technischen Beruf und 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. **Inga Borges** ist Designerin und Gründerin des Label Frau Line. Das Häkeln hat sie gelernt, bevor sie in die Schule kam – und hat seitdem die Nadel nicht mehr losgelassen.



Warengruppe
WG 1412

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
22,00 €

Seitenanzahl
176 Seiten

Format (Breite × Höhe)
190 × 240 mm

ISBN
978-3-7474-0539-0

Preis (AT)
22,70 €



TERRAZZO-DEKOIDEEN EINFACH SELBER GIESSEN

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



- ★ **Der neue DIY-Trend** – Terrazzo-Projekte gießen
- 👉 **Wunderschöne DIY-Projekte**, perfekt geeignet zur Deko oder als Geschenk
- 👉 **15 wunderschöne Terrazzo-Projekte mit ausführlichen Schritt-für-Schritt-Anleitungen** – Untersetzer, Blumentopf, Tablett, Kerzenständer, Seifenschale 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.

ALLE WICHTIGEN GRUNDLAGEN UND -TECHNIKEN MIT ZAHLREICHEN ABBILDUNGEN MACHEN DEN EINSTIEG EINFACH

Autor
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.



Warengruppe
WG 1411

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
128 Seiten

Format (Breite × Höhe)
190 × 240 mm

ISBN
978-3-7474-0536-9

Preis (AT)
15,50 €



MAGISCHE WATERCOLOR-WELT – FANTASTISCHE TIERE UND PFLANZEN

Noch mehr bezaubernde
Schritt-für-Schritt-Projekte

- » **Bestseller-Garant Harry Potter trifft auf Watercolor-Trend** mit Motiven aus dem magischen Tier- und Pflanzenreich
- » **Das perfekte Geschenk für Zauberer, Hexen und Muggel**



◀ **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. So kann das Motiv ganz einfach direkt im Buch nachgemalt werden. Über 30 Projekte: magische Kreaturen und Pflanzen wie zum Beispiel Seidenschnabel, Alraunen, Wichtel aus Cornwall, Fawkes, der Phönix, der Niffler, Aragog und viele mehr.

MAGISCHE WATERCOLOR-WELT

32 zauberhafte Motive Schritt für Schritt erklärt
Audoire Tugce



22,00 € (D) · 22,70 € (AT) Format (L × H) 247 × 222 mm
ISBN 978-3-7474-0410-2 Best.-Nr. 260410



Autor
Tugce Audoire

Tugce (Ozdemir) 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.

TA

Warengruppe
WG 1413

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
22,00 €

Seitenanzahl
128 Seiten

Format (Breite × Höhe)
247 × 222 mm

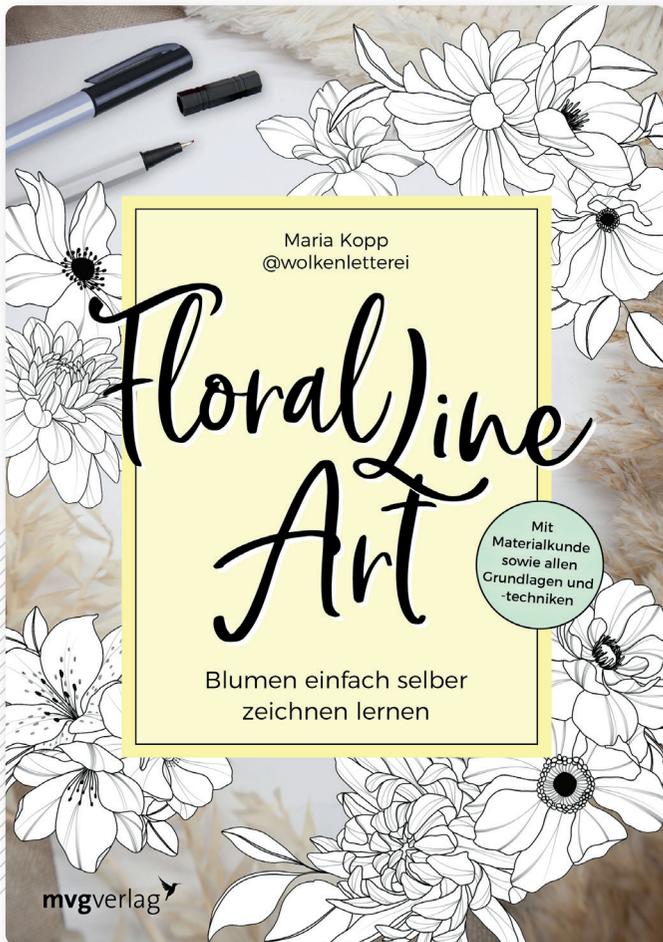
ISBN
978-3-7474-0538-3

Preis (AT)
22,70 €



FLORAL LINE ART

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



- ★ **Line Art ist der Trend**, der gerade die ganze kreative Social-Media-Welt beherrscht
- 99 **Ausführlicher Grundlagenteil zur Einführung in die Line-Art-Technik**
- 99 **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!

PFLANZEN UND -KOMPOSITIONEN KÖNNEN NACHGEZEICHNET WERDEN - LILIEN, ANEMONEN, MONSTERA, FARN, PFINGSTROSEN UND VIELES MEHR

Autor
Maria Kopp

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 Fachgeschäftsführung tätig.



Warengruppe
WG 1413

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
144 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 210 mm

ISBN
978-3-7474-0520-8

Preis (AT)
15,50 €



PIXEL FÜR PIXEL – DAS ERSTAUNLICHE AUSMALBUCH

Fantastische Tiere



★ **Bestsellerautorin aus UK:** Außergewöhnlicher Ausmalspaß mit unbekanntem Anfangsmotiv

99 **30 wunderschöne Tiermotive zum Ausmalen**, die man schließlich Pixel für Pixel sehen kann

◀ 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!

**EIN AUSMALSPASS SOWOHL FÜR KINDER ALS AUCH FÜR ERWACHSENE
ZUM ENTDECKEN UND KREATIVSEIN**

Autor
**Lauren
Farnsworth**

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.



Warengruppe
WG 1413

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
24.01.2023

Preis (DE)
10,00 €

Seitenanzahl
64 Seiten

Format (Breite × Höhe)
215 × 280 mm

ISBN
978-3-7474-0516-1

Preis (AT)
10,30 €



GEHEIME RÄUME

24 Postkarten zum Ausmalen

mvgverlag 

★ **Die wundervollen Motive aus »Geheime Räume«** von Bestsellerautorin Johanna Basford gibt es nun auch als 24 Postkarten zum Ausmalen und Verschicken

” **Doppelte Freude:** zuerst beim Ausmalen und dann beim Aufhängen oder Verschicken der Postkarten



◀ 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.

**EIN PARADIES VOLLER BLUMEN:
AUSMALBUCH FÜR ERWACHSENE**
Basford Johanna



12,99 € (D) · 12,99 € (AT) Format (L x H) 250 x 250 mm
ISBN 978-3-7474-0044-9 Best.-Nr. 260044



30 TAGE VOLLER KREATIVITÄT
Zeichnen, malen und skizzieren –
entdecke dein kreatives Selbst
Basford Johanna



14,00 € (D) · 14,00 € (AT) Format (L x H) 215 x 255 mm
ISBN 978-3-7474-0399-0 Best.-Nr. 260399



Autor
**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.



Warengruppe
WG 9413

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
7,00 €

Seitenanzahl
24 Seiten

Format (Breite x Höhe)
148 x 105 mm

ISBN
978-3-7474-0537-6

Preis (AT)
7,00 €



DAS HÄTTE ICH AUCH GEKONNT!

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



- ★ **In uns allen steckt ein Künstler!**
Malen wie van Gogh, Magritte und Warhol – ganz einfach und mit großem Spaß
- » **Mit Schritt-für-Schritt-Anleitungen** zu 27 abwechslungsreichen Kunstprojekten

«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.

LIEBEVOLL UND AUFWENDIG ILLUSTRIRT

Autor
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.

GF

Warengruppe
WG 1413

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
10,00 €

Seitenanzahl
128 Seiten

Format (Breite × Höhe)
215 × 280 mm

ISBN
978-3-7423-2323-1

Preis (AT)
10,30 €



MALBÜCHER

Backlist-Titel

EIN PARADIES VOLLER BLUMEN: AUSMALBUCH FÜR ERWACHSENE



Basford, Johanna

12,99 € (D) · 12,99 € (AT)
ISBN 9783747400449

Format (L x H) 250 x 250 mm
Best.-Nr. 260044



MAGISCHE WELTEN ZEICHNEN

Wahre Kunstwerke ganz leicht selbst gestalten
Basford, Johanna



12,99 € (D) · 12,99 € (AT)
ISBN 9783747401453

Format (L x H) 250 x 250 mm
Best.-Nr. 260145



MAGISCHE WELTEN ZEICHNEN

Wahre Kunstwerke ganz leicht selbst gestalten
Basford, Johanna



12,99 € (D) · 12,99 € (AT)
ISBN 9783747401453

Format (L x H) 250 x 250 mm
Best.-Nr. 260145



FANTASTISCHE WUNDER DIESER WELT

Ein Malbuch zum Staunen und Entdecken
Basford, Johanna



13,00 € (D) · 13,00 € (AT)
ISBN 9783747403426

Format (L x H) 250 x 250 mm
Best.-Nr. 260342



MAGISCHE WATERCOLOR-WELT

32 zauberhafte Motive Schritt für Schritt erklärt
Audoire, Tugce



22,00 € (D) · 22,70 € (AT)
ISBN 9783747404102

Format (L x H) 235 x 223 mm
Best.-Nr. 260410



30 TAGE VOLLER KREATIVITÄT

Zeichnen, malen und skizzieren – entdecke dein
kreatives Selbst
Basford, Johanna



14,00 € (D) · 14,00 € (AT)
ISBN 9783747403990

Format (L x H) 215 x 255 mm
Best.-Nr. 260399



1001 MOTIVE ZEICHNEN – GANZ EINFACH

Schritt für Schritt Tiere, Blumen, Menschen
und einfach alles zeichnen
Rechl, Christine



9,99 € (D) · 10,30 € (AT)
ISBN 9783747402320

Format (L x H) 190 x 240 mm
Best.-Nr. 260232



GEHEIME RÄUME

Magische Welten hinter verschlossenen Türen
zum Ausmalen
Basford, Johanna



13,00 € (D) · 13,00 € (AT)
ISBN 9783747405062

Format (L x H) 250 x 250 mm
Best.-Nr. 260506



MAGISCH MALEN MIT WASSER

Ein Tropfen genügt, die Farbe kommt von ganz allein



12,99 € (D) · 12,99 € (AT)
ISBN 9783747400418

Format (L x H) 220 x 190 mm
Best.-Nr. 260041



EIN PARADIES VOLLER BLUMEN – JOURNAL

Basford, Johanna



13,00 € (D) · 13,00 € (AT)
ISBN 9783747404195

Format (L x H) 145 x 209 mm
Best.-Nr. 260419



DER POSTILLON +++ NEWSTICKER +++ 2024 Tagesabreißkalender



★ **Über 265.000 verkaufte Exemplare** der bisher erschienenen »Postillon«-Bücher und -Kalender

” **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.

**DER KULT-KALENDER FÜR ALLE
»POSTILLON«-FANS UND SATIRE-LIEBHABER**

Autor
**Stefan
Sichermann**

Stefan Sichermann ist in Personalunion als Chefredakteur, Redakteur, Herausgeber, Administrator, Sekretärin und Praktikant bei der Onlinezeitung »Der Postillon« tätig.



Warengruppe
WG 7185

Ausführung
Kalender

Erscheinungsdatum
20.06.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
368 Seiten

Format (Breite x Höhe)
100 x 140 mm

ISBN
978-3-7423-2398-9

Preis (AT)
15,00 €





KALENDER

AM ARSCH VORBEI GEHT AUCH EIN WEG: WOCHENKALENDER 2024

Mit 52 Tipps für ein gehilltes Leben 2024



★ **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



◀ 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 entrumpeln 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.

DAS PERFEKTE GESCHENK ZUM NEUEN JAHR

Autor
Alexandra Reinwarth

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.



Warengruppe
WG 7481

Ausführung
Kalender

Erscheinungsdatum
20.06.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
55 Seiten

Format (Breite x Höhe)
297 x 210 mm

ISBN
978-3-7474-0543-7

Preis (AT)
15,00 €



SO MÜDE WIE HEUTE WAR ICH SEIT GESTERN NICHT MEHR

Der Faultierkalender für ein
entspanntes Jahr 2024

- ★ **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!

DER ERFOLGREICHE UND BELIEBTE »FAULTIERKALENDER« SORGT AUCH 2024 WIEDER FÜR EIN GAAAAANZ ENTSPANNTES JAHR

Autor
Sarah Marie

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.

SM

Warengruppe
WG 7185

Ausführung
Kalender

Erscheinungsdatum
20.06.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
55 Seiten

Format (Breite × Höhe)
297 × 210 mm

ISBN
978-3-7474-0544-4

Preis (AT)
15,00 €





KALENDER

SCHEISS AUF DIE GLÜCKSFEE – WOCHENKALENDER 2024

52 Glücksmanifestationen für 2024

mvgverlag

★ **Woche für Woche das Glück manifestieren** – der Wochenkalender zum »SPIEGEL«-Bestseller »Scheiß auf die Glücksfee! – Ich mach das jetzt selbst«

📖 **Über 40.000 verkaufte Exemplare von »Scheiß auf die Glücksfee!«** – 38 Wochen auf der »SPIEGEL«-Bestsellerliste

📖 **Das perfekte Geschenk zum neuen Jahr**



◀ 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 in Manifestieren zu üben. Ein wunderbares Geschenk für alle Glückssucher*innen.

**52 PRAKTISCHE, ALLTAGSTAUGLICHE UND MODERNE IMPULSE
UND INSPIRIERENDE SPRÜCHE**

Autor
Claudia Engel

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.



Warengruppe
WG 7481

Ausführung
Kalender

Erscheinungsdatum
20.06.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
55 Seiten

Format (Breite x Höhe)
297 x 210 mm

ISBN
978-3-7474-0546-8

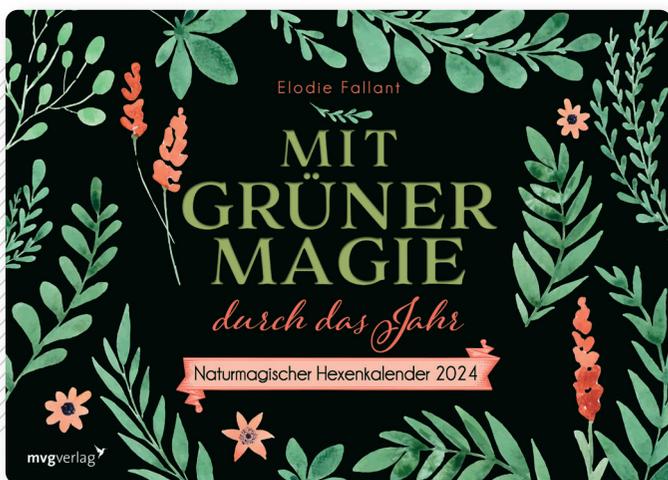
Preis (AT)
15,00 €



MIT GRÜNER MAGIE DURCH DAS JAHR

Naturmagischer Hexenkalender 2024

- ★ **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.

HEXEN UND GRÜNE MAGIE ALS ANDAUERNDER TREND: DER KALENDER FÜR 2024 FÜR ALLE NACHWUCHSHEXEN

Autor
Elodie Fallant

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.



Warengruppe
WG 7475

Ausführung
Kalender

Erscheinungsdatum
20.06.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
55 Seiten

Format (Breite × Höhe)
297 × 210 mm

ISBN
978-3-7474-0545-1

Preis (AT)
15,00 €





KALENDER

WOCHE FÜR WOCHE ZUM BESSEREN ZAUBERER

Der inoffizielle Harry-Potter-Wochenkalender 2024

riva

- ★ **Der neue Kalender aus der erfolgreichen Harry-Potter-Reihe** aus dem riva Verlag mit über 800.000 verkauften Exemplaren
- ” **Jede Woche neue Rezepte, DIY-Projekte, Fakten oder Quizfragen**



◀ **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, Zaubertänken 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.

MIT PRAKTISCHER WOCHENÜBERSICHT ZUM EINTRAGEN VON TERMINEN, GEBURTSTAGEN ETC.

Autor
Pemerity Eagle

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«.



Warengruppe
WG 7281

Ausführung
Kalender

Erscheinungsdatum
20.06.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
56 Seiten

Format (Breite x Höhe)
240 x 200 mm

ISBN
978-3-7423-2351-4

Preis (AT)
15,00 €



TATORT – DER TAGESABREISS- KALENDER 2024

riva



★ Zeitweise weit **über zehn Millionen Zuschauer** bei Erstausstrahlung

” **365 spannende Fakten, Zitate und Quizfragen** für Profis und Neueinsteiger*innen

◀ 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.

DAS PERFEKTE GESCHENK FÜR ALLE »TATORT«-FANS

Warengruppe
WG 7121

Ausführung
Kalender

Erscheinungsdatum
20.06.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
368 Seiten

Format (Breite × Höhe)
100 × 140 mm

ISBN
978-3-7423-2378-1

Preis (AT)
15,00 €





▲
KALENDER

HUNDE UNTER WASSER 2024

Wandkalender

riva

★ **Über 200.000 verkaufte Bücher und Kalender** von Seth Casteel im riva Verlag

” **Das perfekte Geschenk für alle Hundeliebhaber**



◀ **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.

**BESTÄNDIGER LONGSELLER
MIT GUTEM PREIS-LEISTUNGS-VERHÄLTNIS**

Autor
Seth Casteel

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.



Warengruppe
WG 7191

Ausführung
Kalender

Erscheinungsdatum
20.06.2023

Preis (DE)
10,00 €

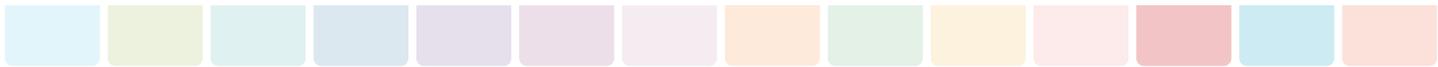
Seitenanzahl
14 Seiten

Format (Breite × Höhe)
325 × 262 mm

ISBN
978-3-7423-2352-1

Preis (AT)
10,00 €





▲
KALENDER



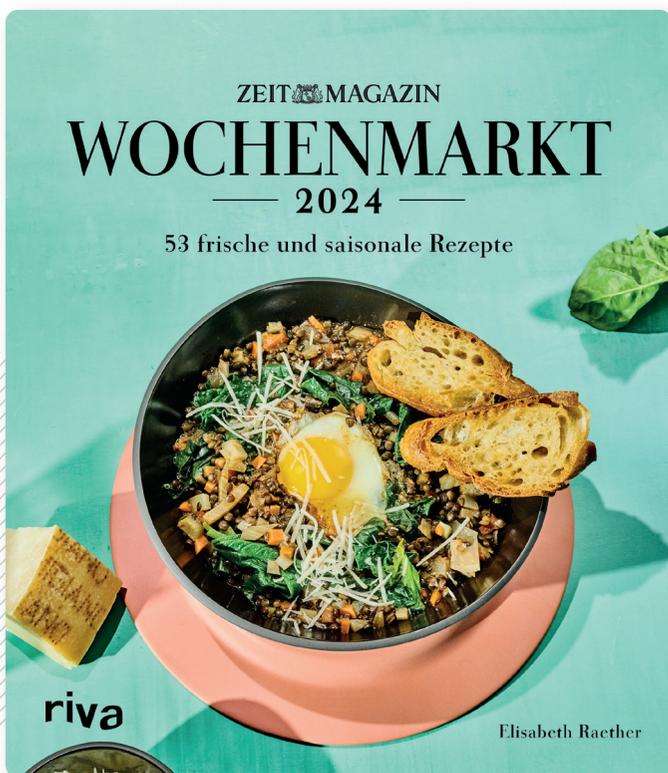


KALENDER

riva

WOCHENMARKT – WOCHENKALENDER 2024

53 frische und saisonale Rezepte



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.

53 RAFFINIERTER REZEPTE MIT SAISONALEN ZUTATEN

Autor
**Elisabeth
Raether**

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.



Warengruppe
WG 7455

Ausführung
Kalender

Erscheinungsdatum
20.06.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
55 Seiten

Format (Breite x Höhe)
210 x 250 mm

ISBN
978-3-7423-2338-5

Preis (AT)
20,00 €



WIE GUT IST IHRE ALLGEMEINBILDUNG? – TAGESABREISS-KALENDER 2024



★ Die Buchreihe »Wie gut ist Ihre Allgemeinbildung?« **hat sich über 600.000 Mal verkauft**

” **Jeden Tag eine neue spannende Frage** aus den Themenfeldern Politik, Geschichte, Kultur, Wissenschaft und Technik

◀ **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.

**PRAKTISCHER KALENDER ZUM AUFHÄNGEN
ODER AUFSTELLEN MIT PERFORIERTEN BLÄTTERN**

Autor

**Martin Doerry,
Markus Verbeet**

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.

DM VM

Warengruppe
WG 7910

Ausführung
Kalender

Erscheinungsdatum
20.06.2023

Preis (DE)
13,00 €

Seitenanzahl
368 Seiten

Format (Breite × Höhe)
100 × 140 mm

ISBN
978-3-7423-2388-0

Preis (AT)
13,00 €



SCHWIMM LIEBER IM MEER ALS IM GELD

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

FBV



★ **Trendthema** Work-Life-Balance

◀ **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. Sie ist überzeugt, dass sich in Punkto Geld verdienen und wofür man sein Geld einsetzt, ein Mentalitätswechsel vollzieht, weg von reiner Gewinnmaximierung, hin zu mehr Work-Life-Balance. Sie will in ihrem Buch Menschen helfen, das verwirklichen zu können, was sie sich wirklich wünschen und verrät, wie man das nötige „Kleingeld“ dafür erwirtschaftet und welche Freuden völlig kostenlos glücklich machen.

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

Autor
Sina Mainitz

Sina Mainitz wollte zunächst Apothekerin werden, studierte dann aber Betriebswirtschaftslehre mit Schwerpunkt Medien- und Kommunikationswirtschaft. 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 Mittagmagazin. 2008 wechselte sie ins ZDF-Börsenstudio, wo sie bis heute die Börsennachrichten vom Frankfurter Parkett präsentiert.



Warengruppe
WG 1977

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
22,00 €

Seitenanzahl
224 Seiten

Format (Breite × Höhe)
135 × 210 mm

ISBN
978-3-95972-657-3

Preis (AT)
22,70 €



WIE SIE REICH WERDEN, AUCH OHNE AUF IHRE KREDITKARTE ZU VERZICHTEN

Wie Sie gute Schulden nutzen und schlechte vermeiden

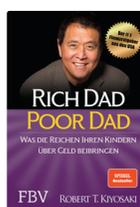


★ **Robert Kiyosaki ist Bestsellerautor** mit einer Gesamtauflage in Deutschland von mehr als 600.000 verkauften Exemplaren im FinanzBuch Verlag

” **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.

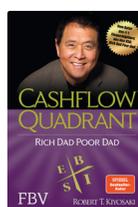


RICH DAD POOR DAD

Was die Reichen ihren Kindern über Geld beibringen
Kiyosaki Robert T.

19,99 € (D) · 20,60 € (AT)
ISBN 978-3-95972-010-6

Format (L × H) 148 × 210 mm
Best.-Nr. 450010



CASHFLOW QUADRANT: RICH DAD POOR DAD

Kiyosaki Robert T.

24,99 € (D) · 25,70 € (AT)
ISBN 978-3-89879-883-9

Format (L × H) 14,8 × 21,0 mm
Best.-Nr. 420883



Autor

Robert T. Kiyosaki

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.



Warengruppe
WG 1977

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
128 Seiten

Format (Breite × Höhe)
125 × 187 mm

ISBN
978-3-95972-670-2

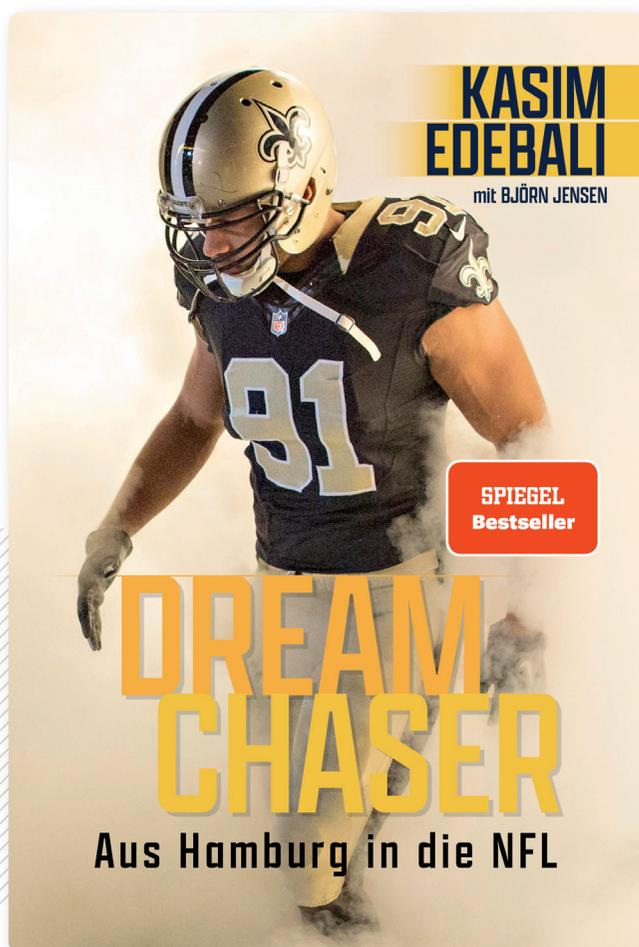
Preis (AT)
15,50 €



DREAM CHASER

Aus Hamburg in die NFL

FBV



★ **Ein authentischer Blick hinter die Kulissen** des Hypesports American Football

◀ **Vom Osdorfer Born in die weite Welt.** Was für viele Jugendliche ein Traum bleibt, ist für Kasim Edeballi 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. Gewohnt authentisch und mit viel Witz gewährt Kasim Edeballi einen Blick hinter die Kulissen dieses spektakulären Sports und des knallharten Business, das damit einhergeht.

IN DEUTSCHLAND IMMER BELIEBTER: IN DER SAISON 2022/23 WIRD EIN OFFIZIELLES SPIEL DER NFL IN MÜNCHEN AUSGETRAGEN

Autor
Kasim Edeballi

Seit 2021 spielt **Kasim Edeballi** für die Hamburg Sea Devils in der neu gegründeten European League of Football. Neben seinen Aktivitäten als Spieler ist Kasim bei Football Bromance in verschiedenen Formaten wie den Podcast-Reihen »Euro Ballers«, »Prime Time Football«, »Kasim's Märchenstunde« und in der »Pyjama-Party« zu finden. Seine Expertise als ehemaliger NFL-Spieler teilte Kasim auch schon als TV-Experte für American Football bei »ran NFL«.



Warengruppe
WG 1971

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
08.11.2022

Preis (DE)
19,90 €

Seitenanzahl
272 Seiten

Format (Breite × Höhe)
145 × 215 mm

ISBN
978-3-95972-660-3

Preis (AT)
20,50 €



DEIN FINANZPLAN FÜRS LEBEN

Alles, was du über Finanzen
und Versicherungen wissen musst



★ Immer die richtigen **Finanz-Entscheidungen für die eigene Zukunft** treffen

◀ **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? Wie könnte ein Vermögensaufbau mit Hilfe des Arbeitgebers aussehen und wann sollte ich anfangen, an Altersvorsorge zu denken?

Das Buch bietet alle Basics in Sachen Finanzen und Versicherungen einfach und verständlich ohne überfordernden Fachjargon. Es enthält das Rüstzeug, um in allen Lebenslagen und -phasen die richtigen Entscheidungen für die Finanzplanung treffen zu können.

EIN ÜBERSICHTLICHER LEITFADEN FÜR ALLES WESENTLICHE IM BEREICH VERSICHERUNGEN, FINANZEN UND (ALTERS)VORSORGE

Autor

**Stephan Busch,
Tom Wonneberger**

Stephan Busch, geboren 1986, ist ausgebildeter Betriebswirt, hat einen Bachelor of Science Finanzwirtschaft – Versicherung und jahrelange Erfahrung in der Beratung von Versicherern und Banken. Zudem ist er Technischer Fachwirt und Mediengestalter. **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.



Warengruppe
WG 1977

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
24.01.2023

Preis (DE)
22,00 €

Seitenanzahl
250 Seiten

Format (Breite × Höhe)
148 × 210 mm

ISBN
978-3-95972-668-9

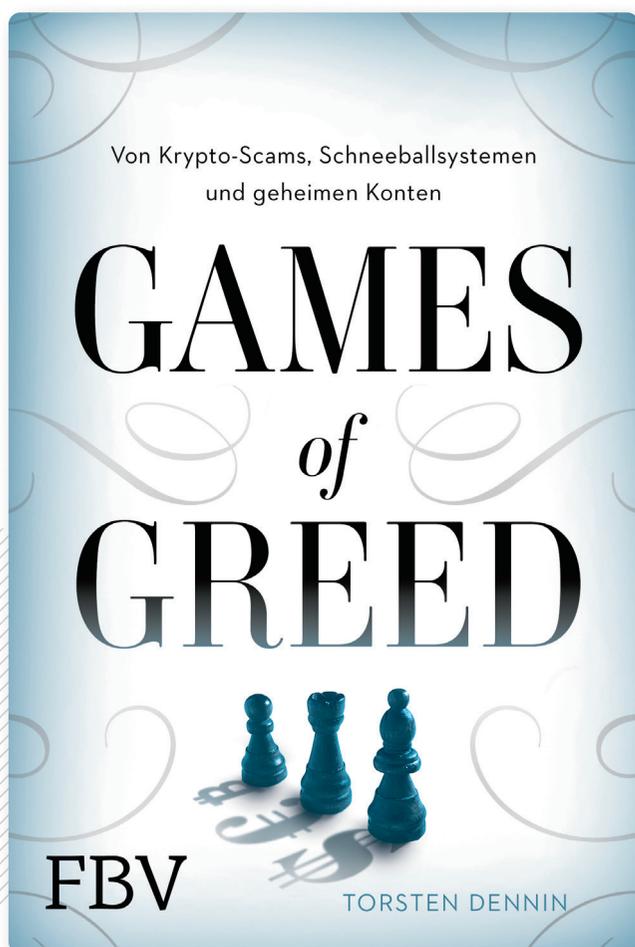
Preis (AT)
22,70 €



GAMES OF GREED

Von Krypto-Scams, Schneeballsystemen
und geheimen Konten

FBV



★ **Spannend wie ein Krimi** und doch
ist alles wahr

” **Torsten Dennin ist internationaler
Bestsellerautor**, seine Bücher wur-
den 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 – die Geschichte der Finanzskandale ist reich an schillernden Gestalten, vermeintlich gottgleichen Aufstiegen und mindestens so spektakulären Abstürzen. Faszinierende und unterhaltsame Geschichten, die die Abgründe der menschlichen Seele dokumentieren und als abschreckendes Beispiel für unsere Gesellschaft dienen können, in der die Gier Menschen immer wieder den Kopf verlieren lässt.

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

Autor
**Dr. Torsten
Dennin**

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.

DT

Warengruppe
WG 9974

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
25,00 €

Seitenanzahl
356 Seiten

Format (Breite × Höhe)
145 × 215 mm

ISBN
978-3-95972-682-5

Preis (AT)
25,80 €



FINDE DEINE BESTIMMUNG

Erwecke dein bestes Selbst



ROBIN SHARMA

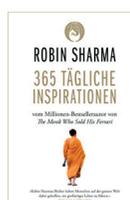
FINDE DEINE BESTIMMUNG

Erwecke dein bestes Selbst
mit dem Millionen-Bestsellerautor von
The Monk Who Sold His Ferrari



★ Vom Autor des internationalen Bestsellers »Der Mönch, der seinen Ferrari verkaufte« **mit mehr als 100.000 verkauften Exemplaren**

◀ 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. Denn letztlich liegen die Antworten, die wir alle suchen, bereits tief in uns. Wir sind bereits alles, was wir schon immer werden wollten. Wir müssen nur noch die innere Arbeit leisten, die erforderlich ist, um störende Blockaden zu beseitigen und das Leben zu leben, das wir uns immer gewünscht haben.



365 TÄGLICHE INSPIRATIONEN

Vom Millionen-Bestseller-Autor von
The Monk who sold his Ferrari
Sharma Robin; Freundl Hans

22,00 € (D) · 22,70 € (AT) **Format (L × H) 125 × 187 mm**
ISBN 978-3-95972-611-5 **Best.-Nr. 450611**



WER WIRD UM DICH WEINEN, WENN DU NICHT MEHR BIST?

101 kurze Lektionen über das Leben vom Millionen-Bestseller-Autor von *The Monk who sold his Ferrari*
Sharma Robin

18,00 € (D) · 18,60 € (AT) **Format (L × H) 125 × 187 mm**
ISBN 978-3-95972-612-2 **Best.-Nr. 450612**



Autor
Robin Sharma

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.



Warengruppe
WG 1481

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
18,00 €

Seitenanzahl
272 Seiten

Format (Breite × Höhe)
125 × 187 mm

ISBN
978-3-95972-642-9

Preis (AT)
18,60 €



ÜBER DIE KUNST ZU FÜHREN

Die acht Rituale visionärer Führungskräfte

FBV



ROBIN SHARMA ÜBER DIE KUNST ZU FÜHREN

Die acht Rituale visionärer Führungskräfte
vom Millionen-Bestsellerautor von
The Monk Who Sold His Ferrari



★ **Das Acht-Schritte-System für bessere Führung** von
Bestsellerautor Robin Sharma

” **Vom Autor des internationalen Bestsellers »Der Mönch, der seinen Ferrari verkaufte«**, der sich in Deutschland mehr als 100.000 Mal verkaufte

◀ **»Über 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.**

Dieser inspirierende und erhellende Ratgeber, der in einem einfach zu handhabenden Acht-Schritte-System praktischer Lektionen aufgebaut ist, lehrt Sie unter anderem, wie Sie die Rentabilität und Effizienz steigern, Ihr Team inspirieren und das Leben der Menschen positiv beeinflussen können.

ROBIN SHARMA VERFÜGT ÜBER EINE WELTWEITE FANGEMEINDE MIT ALLEIN 1,3 MILLIONEN FOLLOWERN AUF INSTAGRAM

Autor
Robin Sharma

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.



Warengruppe
WG 1784

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
18,00 €

Seitenanzahl
304 Seiten

Format (Breite × Höhe)
125 × 187 mm

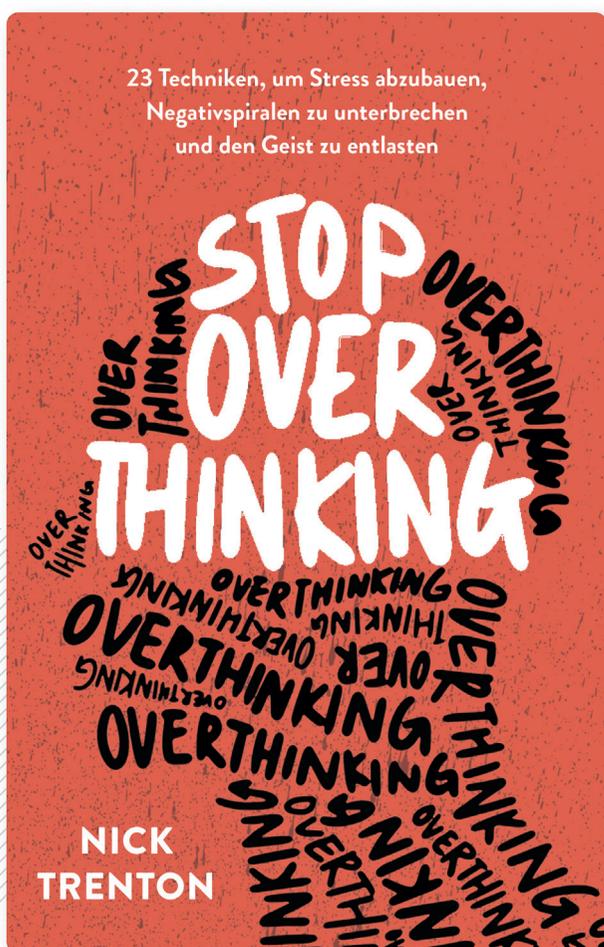
ISBN
978-3-95972-645-0

Preis (AT)
18,60 €



STOP OVERTHINKING

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



★ **Sorgenfrei leben** durch Überwindung negativer Denkmuster

◀ 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. Letztendlich bietet er einen Weg zur Freisetzung neuen Potenzials im Leben.

DIE BESTEN METHODEN DES ANTI-STRESS-MANAGEMENT

Autor
Nick Trenton

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 ausgezeichnete Skifahrer und träumt davon, die Welt zu bereisen und eine Kochsendung wie Anthony Bourdain zu moderieren. Aber die meiste Zeit verbringt er in Chicago.



Warengruppe
WG 1933

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
18,00 €

Seitenanzahl
224 Seiten

Format (Breite × Höhe)
135 × 210 mm

ISBN
978-3-95972-635-1

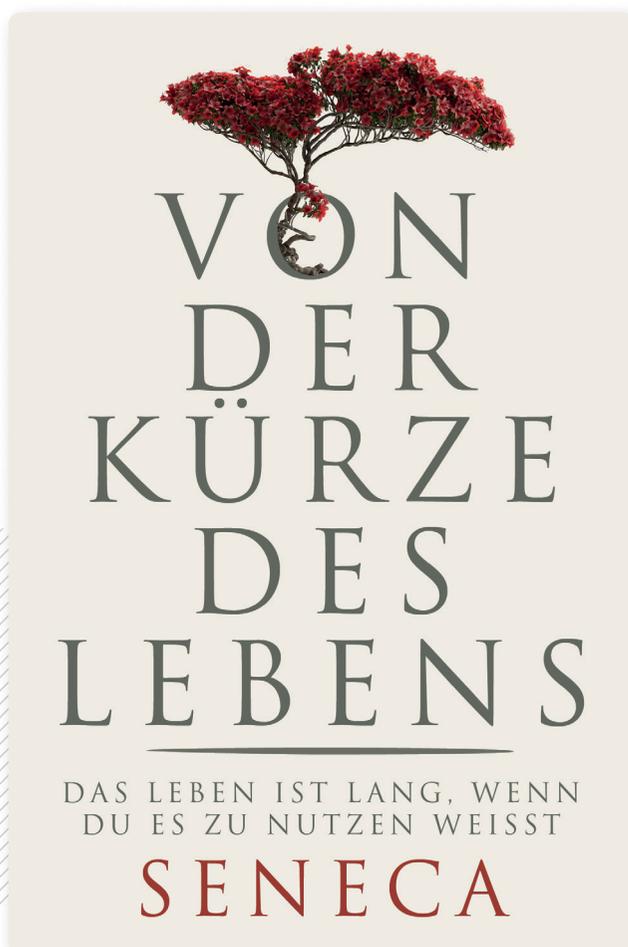
Preis (AT)
18,60 €



VON DER KÜRZE DES LEBENS

Das Leben ist lang,
wenn du es zu nutzen weißt

FBV



★ **Drei von Senecas berühmtesten Schriften** in einer neuen Ausgabe

” **Trendthema Stoizismus** mit über 150.000 verkauften Büchern im FinanzBuch Verlag

◀ **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.



STOISCHE WEISHEIT

Alte Lektionen für moderne Resilienz
Sherman Nancy; Brömer Kerstin

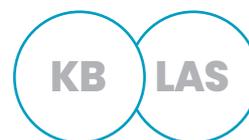
20,00 € (D) · 20,60 € (AT) Format (L × H) 125 × 187 mm
ISBN 978-3-95972-573-6 Best.-Nr. 450573



Autor

**Kerstin Brömer,
Lucius Annaeus
Seneca**

Lucius Annaeus Seneca, genannt Seneca der Jüngere, etwa 5 v. Chr.–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.



Warengruppe
WG 1933

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
18.07.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
128 Seiten

Format (Breite × Höhe)
125 × 187 mm

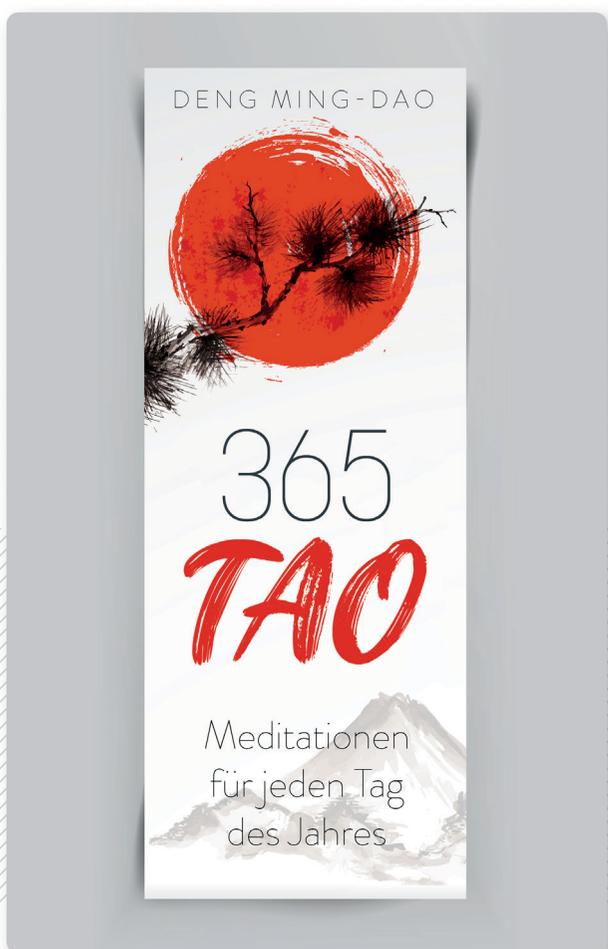
ISBN
978-3-95972-674-0

Preis (AT)
15,50 €



365 TAO

Meditationen für jeden Tag des Jahres



★ **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.

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

Autor
Deng Ming-Dao

Deng Ming-Dao ist der Autor von acht Büchern, darunter The Living I Ching, Chronicles of Tao, Everyday Tao und Scholar Warrior. Seine Bücher wurden in fünfzehn Sprachen übersetzt. Er studierte dreizehn Jahre lang Qigong, Philosophie, Meditation und innere Kampfkünste bei dem taoistischen Meister Kwan Saihung und davor bei zwei weiteren Meistern. Er lebt in San Francisco.



Warengruppe
WG 1462

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
21.03.2023

Preis (DE)
25,00 €

Seitenanzahl
368 Seiten

Format (Breite × Höhe)
125 × 187 mm

ISBN
978-3-95972-658-0

Preis (AT)
25,80 €



ALLES, WAS SIE ÜBER STEUERN IM RUHESTAND WISSEN MÜSSEN

Die besten Steuertipps, die wichtigsten Begriffe, die größten Steuerfallen

FBV

Wolf-Dieter Tölle

Alles, was Sie über Steuern im Ruhestand wissen müssen



- ✓ Die besten Steuertipps
- ✓ Die wichtigsten Begriffe
- ✓ Die größten Steuerfallen

FBV

9., komplett aktualisierte Auflage
2023/2024 des Steuer-Bestsellers

★ **Die wichtigsten Steuerfallen für Rentner und wie man sie umgeht**

” **8. komplett aktualisierte Auflage**

◀ **Die Mehrbelastungen durch steigende Energiepreise treffen auch und gerade Rentner.** Umso wichtiger ist es für diese jetzt, sich mit den eigenen Finanzen auseinanderzusetzen. Mehr als ein Drittel der über 20 Millionen Rentner muss Steuern bezahlen und die Zahl wächst weiter. 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. Alles Wichtige, was Rentner über ihre Rentenbesteuerung wissen müssen, ist hier übersichtlich zusammengefasst. Lesen Sie dieses Buch – und Sie haben mehr von Ihrer Rente im Alter.

PRAKTISCHE TIPPS ZUM STEUERSPAREN UND DIE WICHTIGSTEN FACHBEGRIFFE EINFACH ERKLÄRT

Autor
Wolf-Dieter Tölle

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.



Warengruppe
WG 1495

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
10,00 €

Seitenanzahl
208 Seiten

Format (Breite × Höhe)
120 × 187 mm

ISBN
978-3-95972-680-1

Preis (AT)
10,30 €



SO WERDEN SIE IHR GANZ PERSÖNLICHER KRISENMANAGER

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

MICHAEL BRÜCKNER

SO WERDEN SIE
IHR GANZ PERSÖNLICHER

KRISEN MANAGER



Lernen Sie mit jeder
Krisensituation fertigzuwerden:

**Inflation, explodierende
Energiekosten, Blackouts,
Arbeitslosigkeit, Altersarmut**

FBV

★ **Strom, Gas und Wasser sparen:**
konkrete Tipps für den Haushalt

” **Inflationssicher Geld sparen** auch
in Krisenzeiten

◀ 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.

Zu den behandelten Themen gehören: Energie sparen und Kosten senken im Haushalt - Ersparnis sicher vor Inflation und Wirtschaftskrisen anlegen - Schuldenfallen und Altersarmut entgegen - Welchen Versicherungsschutz braucht man wirklich? Wie bereitet man sich sinnvoll auf Katastrophen und Ausnahmezustände vor? Ein unverzichtbares Handbuch sowohl in der aktuellen Krise als auch für die zahlreichen Alltagskrisen, die jeden von uns kalt erwischen können – sorgen Sie vor!

ARBEITSLOSIGKEIT, ALTERSARMUT, PFLEGEBEDÜRFTIGKEIT - PERSÖNLICHE KRISEN, DIE JEDEN BEDROHEN

Autor

Michael Brückner

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.



Warengruppe
WG 1485

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
24.01.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
200 Seiten

Format (Breite × Höhe)
125 × 187 mm

ISBN
978-3-95972-685-6

Preis (AT)
15,50 €



GELDANLAGE WIE DIE PROFIS

Erfolgreich und stressfrei anlegen
an den Finanzmärkten

FBV



Roland Eller | Markus Heinrich | Maik Schober

GELD ANLEGEN WIE DIE PROFIS

Erfolgreiche und stressfreie Geldanlage
an den Finanzmärkten



★ **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. Wo sind hohe Gewinne zu erzielen, wo überwiegt das Risiko? Ein unverzichtbarer Ratgeber für jeden, der langfristig mehr aus seinem Ersparnis machen will.

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

Autor

**Roland Eller,
Markus Heinrich,
Maik Schober**

Roland Eller ist geschäftsführender Gesellschafter der Roland Eller Consulting GmbH. Er ist Trainer und Berater zu den Themen Aufsichtsrecht und Risikomanagement, **Markus Heinrich** ist seit 1998 für die Roland Eller Consulting GmbH als Trainer, Senior-Berater und Projektleiter in den Bereichen Bewertung und Einsatz von Zins- und Kreditprodukten, Derivaten und strukturierten Produkten in der Gesamtbanksteuerung und im Handel tätig. **Maik Schober** ist seit 2010 als Trainer und Berater für Unternehmen und Kreditinstitute zum Thema Risikomanagement tätig.



Warengruppe
WG 1977

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
25,00 €

Seitenanzahl
350 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-95972-610-8

Preis (AT)
25,80 €



LEBEN WIE EIN MÖNCH

Wie Sie die Weisheit des Mittelalters
für Ihren Alltag nutzen



★ Anschaulicher Einblick in den Alltag der Mönche

◀ 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.

EIN MUST-HAVE FÜR ALLE MITTELALTER-FANS!

Autor

**Danièle
Cybulskie**

Danièle Cybulskie ist Autorin, Professorin, TEDx-Rednerin und Podcasterin. Ihre Mission: das Mittelalter auf unterhaltsame Weise zugänglich machen. Sie ist die Autorin des Buches »The Five-Minute Medievalist«, das auf Platz 1 der kanadischen Amazon-Charts landete, und Gründerin des Medieval Podcast, einer wöchentlichen Interviewshow, in der sie mit Experten des Mittelalters über eine Vielzahl von Themen spricht. Außerdem unterrichtet sie den Kurs »The Middle Ages and the Modern World: Facts and Fiction«, den sie für Studenten entwickelt hat.



Warengruppe
WG 1945

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
320 Seiten

Format (Breite × Höhe)
125 × 187 mm

ISBN
978-3-95972-633-7

Preis (AT)
20,60 €





SORRY, IHR NERVET MICH JETZT ALLE!

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



★ **Vom Weltverbesserer bis zum Streithammel:** So geht man am besten mit Nervensägen um

” **Mit vielen praktischen Tipps und Strategien** für alle Notfälle und Typen

◀ 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 besserwissend, 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 Nerven im beruflichen Umfeld umgehen und trotzdem Ihre Arbeit schaffen. Vom Jammerlappen über den Streithammel bis hin zum Weltverbesserer werden sieben Typen ausführlich beschrieben, damit sich genau einordnen lässt, mit wem man es zu tun hat. Gezielte Gegenstrategien helfen, mit diesen umzugehen und dabei selbst bei Verstand zu bleiben. Sein Buch ist ein praktischer Aktionsplan mit vielen bewährten Tipps aus der Coachingpraxis für den beruflichen und auch privaten Alltag – eine Schritt-für-Schritt-Anleitung für mehr Ruhe und Frieden.



Autor
Attila Albert

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.



Warengruppe
WG 1497

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
21.02.2023

Preis (DE)
16,00 €

Seitenanzahl
224 Seiten

Format (Breite x Höhe)
135 x 215 mm

ISBN
978-3-86881-914-4

Preis (AT)
16,50 €





IST DIE KATZE AUS DEM HAUS ...

REDLINE | VERLAG

So arbeiten Ihre Mitarbeiter eigenverantwortlich und selbstständig



★ **Wie Unternehmer lernen, endlich loszulassen** und ihren Mitarbeitern zu vertrauen – zum Wohle aller

” **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. Er zeigt frischgebackenen ebenso wie etablierten Führungskräften und Unternehmern, wie Mitarbeiter auch ohne ständige Kontrolle gute Ergebnisse liefern, selbst wenn sie nicht im Büro arbeiten. So haben Führungskräfte nicht zuletzt weniger Stress und mehr Freiraum für die eigentlichen Aufgaben – zum Wohle des gesamten Unternehmens.

MEHR VERTRAUEN, WENIGER STRESS - MEHR ZEIT UND FREIRÄUME FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE

Autor
Dr. Bernd Geropp

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.



Warengruppe
WG 1784

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
25,00 €

Seitenanzahl
256 Seiten

Format (Breite × Höhe)
145 × 215 mm

ISBN
978-3-86881-924-3

Preis (AT)
25,80 €





REDLINE

WARUM SIE IHREM BAUCHGEFÜHL WENIGER TRAUEN SOLLTEN

REDLINE | VERLAG

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



★ **Warum Daten meist besser als unser Bauchgefühl sind**

” **Das neue Buch des »New York Times«-Bestsellerautors auf Deutsch**

◀ **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. Von überraschenden Erfolgsstrategien beim Dating bis hin zu außergewöhnlichen Karriereboostern – ein Buch voll von verblüffenden Erkenntnissen darüber, was Daten über uns selbst verraten und wie sie unser Leben wirklich besser machen.

**UNTERHALTSAME GESCHICHTEN
VON DATING BIS ZU KARRIEREENTSCHEIDUNGEN**

Autor
Seth Stephens-Davidowitz

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.



Warengruppe
WG 1973

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
272 Seiten

Format (Breite × Höhe)
145 × 215 mm

ISBN
978-3-86881-928-1

Preis (AT)
20,60 €



NUTZEN SIE IHR ZWEITES GEHIRN

Eine bewährte Methode, sich im digitalen Zeitalter zu organisieren



★ **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 zeigt, wie man seine Ideen, Notizen und persönlichen Informationen über all seine Geräte und Plattformen, unser zweites, digitales »Gehirn«, hinweg organisiert und synchronisiert, um sie so jederzeit abrufbar zu haben – und so den Alltag stressfreier, effizienter und produktiver zu gestalten.

**DER US-BESTSELLER ÜBER WISSENSMANAGEMENT
ENDLICH AUCH AUF DEUTSCH**

Autor
Tiago Forte

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.



Warengruppe
WG 1973

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
272 Seiten

Format (Breite × Höhe)
145 × 215 mm

ISBN
978-3-86881-920-5

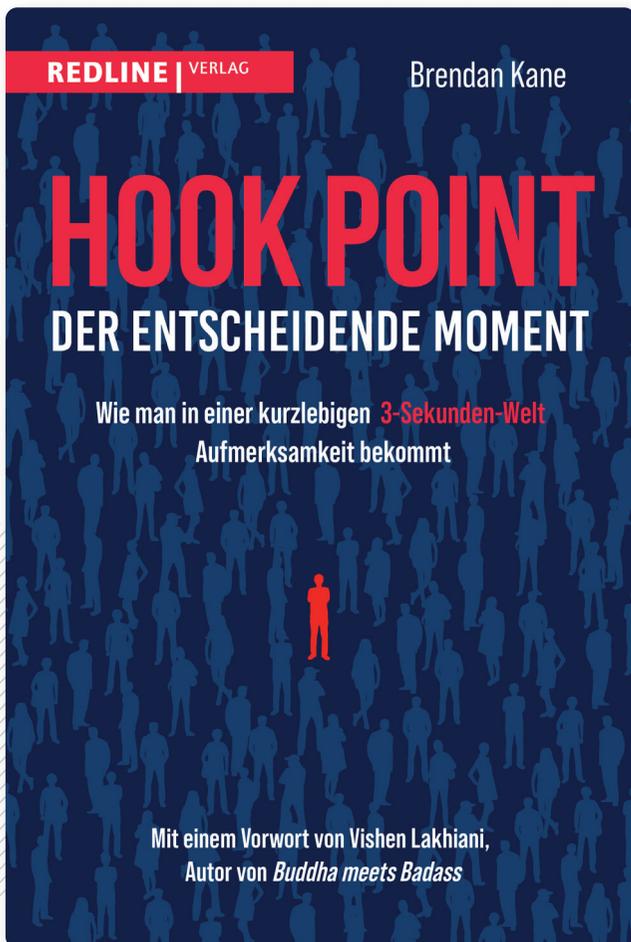
Preis (AT)
20,60 €





HOOK POINT – DER ENTSCHEIDENDE MOMENT

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



★ **Das neue Buch vom Bestsellerautor** von »One Million Follower«

” **Wie man andere auf einen Blick** von seinem Unternehmen, seinen Produkten und Dienstleistungen **überzeugt**

◀ **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 geschaltet 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. Mit »Hook Point« liefert er ein unverzichtbares Kommunikationsinstrument, um Botschaften auf prägnante Weise zu verpacken und Produkte und Dienstleistungen so zu bewerben, dass sie auch in der »3-Sekunden-Welt« erfolgreich sind.

SICHTBAR WERDEN IN EINER UNÜBERSICHTLICHEN WELT

Autor
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.



Warengruppe
WG 1975

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
25.04.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
272 Seiten

Format (Breite x Höhe)
145 x 215 mm

ISBN
978-3-86881-922-9

Preis (AT)
20,60 €



EINE MILLION FOLLOWER

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



★ **Wie man in den Social Media den Kampf um die Aufmerksamkeit gewinnt, zur Topmarke wird und sein Business beflügelt**

◀ **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. Digitalstrategie 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. Kane verrät seine besten Tipps für Lead-Generierung, E-Commerce, Direct-Response-Marketing und wie der Umsatz in die Höhe getrieben werden kann. Ausführliche Interviews mit Experten wie Mike Jurkovic, Creative Director von will.i.am und den Black Eyed Peas, oder Chris Barton, Mitbegründer und Vorstandsmitglied von Shazam und ehemaliger Leiter der Android-Geschäftsentwicklung bei Google, bieten weiter Best Practice für Social Media.

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

Autor
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.



Warengruppe
WG 1973

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
23.05.2023

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
240 Seiten

Format (Breite × Höhe)
145 × 215 mm

ISBN
978-3-86881-921-2

Preis (AT)
20,60 €





REDLINE

DIE NÄCHSTEN FÜNF SCHRITTE

Die Kunst der Unternehmensstrategie

REDLINE | VERLAG



★ **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. Für mehr Klarheit darüber, was man will, Wachstumstaktiken für gute und schlechte Zeiten, relevante Teambuilding-Skills und vieles mehr – ein Must-read für jeden, der innovative Strategien sucht, um sein Unternehmen auf die nächste Stufe zu katapultieren.

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

Autor

**Patrick Bet-David,
Greg Dinkin**

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.



Warengruppe
WG 1975

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
20.06.2023

Preis (DE)
22,00 €

Seitenanzahl
320 Seiten

Format (Breite x Höhe)
145 x 215 mm

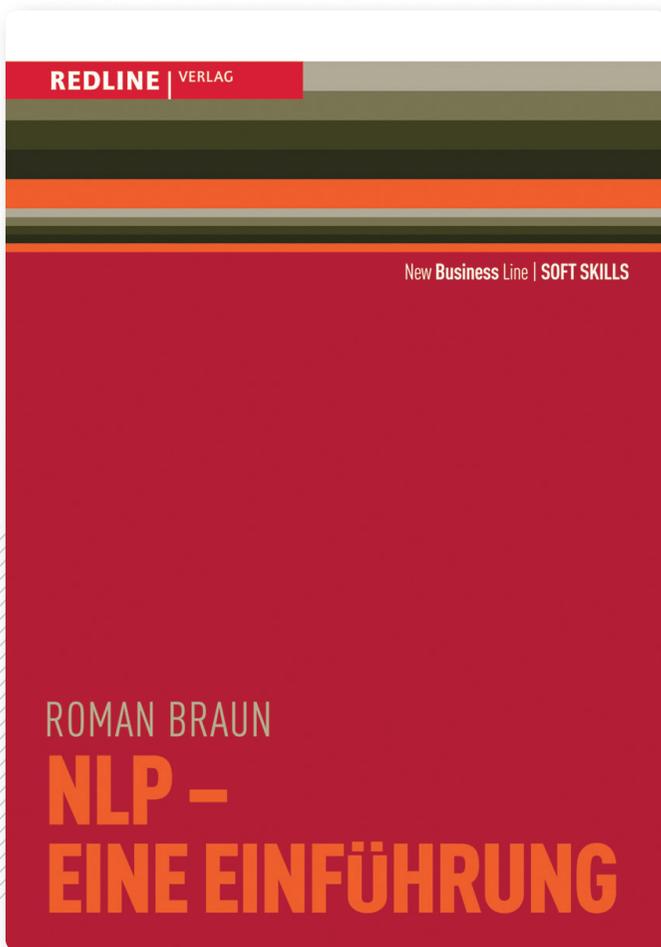
ISBN
978-3-86881-929-8

Preis (AT)
22,70 €



NLP – EINE EINFÜHRUNG

Kommunikation als Führungsinstrument



★ **Erfolgreichere Kommunikation** mit neurolinguistischem Programmieren

◀ **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.

MIT DEN VERSCHIEDENEN TECHNIKEN UND STRATEGIEN LÄSST SICH DIE EIGENE KOMMUNIKATION AUF EIN GANZ NEUES LEVEL BRINGEN!

Autor
Roman Braun

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.



Warengruppe
WG 1933

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
24.01.2023

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
128 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-86881-931-1

Preis (AT)
15,50 €



ICH WOLLTE EINEN HUND – JETZT HAB ICH EINEN VATER

Wie wir durch die Demenz
unsere Geschichte neu erzählen



★ *Presseschwerpunkt: Das neue Buch der beliebten deutschen Schauspielerin Katy Karrenbauer – eine **starke und bewegende Geschichte über das Altern, Beziehungen und die Verantwortung füreinander***

◀ **»Heute ist ein guter Tag!«,** beschließt Katy Karrenbauer, als sie wie so oft die Seniorenresidenz betritt, in der ihr Vater als »Inhaftierter« lebt, wie er selbst in klaren Momenten sagt. Seit er an einer fortschreitenden Demenz erkrankt ist, ist das Leben der beliebten Schauspielerin auf den Kopf gestellt. Alles dreht sich um ihren Vater – keine leichte Aufgabe, erst recht, wenn die Vater-Tochter-Beziehung seit 50 Jahren so kompliziert ist wie ihre.

Kraftvoll und berührend zugleich erzählt Katy Karrenbauer die heiteren und traurigen Geschichten, die sie mit ihrem Vater bis heute erlebt – und damit auch ihre eigene Geschichte. Eine Geschichte über das Leben selbst, in der es um Nähe und Distanz geht, darum, lieben zu lernen, um Dankbarkeit, Pflicht und Schuld, um Vergessen und Verlust. Kurz: um das Leben in all seinen Facetten und die Herausforderungen, die es an uns stellt. Als Einzelne und als Gesellschaft.

Autor
**Katy
Karrenbauer**

Katy Karrenbauer ist Schauspielerin, Sängerin und Synchronsprecherin. Einer größeren Öffentlichkeit wurde die gebürtige Duisburgerin durch ihre langjährige Rolle als Christine Walter in der RTL-Serie »Hinter Gittern – Der Frauenknast« bekannt. Seitdem hat sie in unzähligen Fernseh-, Film- und Bühnenrollen überzeugt. 2022 steht sie unter anderem in der Rolle der Rosalie Ebersbach bei den Karl-May-Spielen Bad Segeberg auf der Bühne. Die ausgebildete Schauspielerin ist außerdem als Autorin tätig und hat bereits mehrere Bücher geschrieben.



Warengruppe
WG 1971

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
13.12.2022

Preis (DE)
17,00 €

Seitenanzahl
224 Seiten

Format (Breite × Höhe)
135 × 210 mm

ISBN
978-3-7474-0409-6

Preis (AT)
17,50 €



KLAUS GRILLT: DUTCH OVEN

60 unfassbar leckere Rezepte

★ **Das neue Kochbuch** von »SPIEGEL«-Bestsellerautor und Grill-YouTuber »Klaus grillt«



◀ Klaus Glaetzner von Deutschlands größtem Grill-You-Tube-Kanal Klaus grillt begeistert in seinem zweiten Buch mit tollen Rezepten aus dem Dutch Oven – natürlich getreu seinem Motto: einfach, schnell und lecker.

Die Fleischgerichte aus dem Feuertopf sind deftig, abwechslungsreich und extrem schmackhaft. Wie wäre es mit BBQ Chicken Drumsticks, Pulled Beef mit Malzbier oder Grillwurst mit Käse-Zwiebel-Sauce? Dank der Tipps und Tricks von Klaus beeindruckst du Familie und Freunde wirklich bei jedem Grillabend!

Autor
Klaus Glaetzner

Klaus Glaetzner betreibt mit »Klaus grillt« den größten deutschen Grillkanal auf YouTube. Bereits 2014 ins Leben gerufen, begeistert der Kanal mittlerweile Hunderttausende Zuschauer mit weit über 1000 Videos. Klaus veröffentlicht dreimal wöchentlich Rezepte, Infos, Tipps und Tutorials rund um das Thema Grillen und BBQ.



Warengruppe
WG 1455

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
20.09.2022

Preis (DE)
22,00 €

Seitenanzahl
160 Seiten

Format (Breite × Höhe)
190 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2039-1

Preis (AT)
22,70 €



DU SCHAFFST DAS NICHT

Über Kontrollverlust, Kampfgeist und unstillbaren Hunger



★ **Der Nummer-1-SPIEGEL-Bestseller** der ersten und einzigen deutschen Gamerin mit über einer Million Abonnent*innen auf YouTube!

◀ Als erste deutschsprachige Gamerin mit über einer Million Abonnentinnen und Abonnenten auf YouTube hat sich Jasmin alias Gnu einen Namen gemacht. Viele kennen sie als witzige, selbstbewusste junge Frau aus dem Internet, schauen vielleicht sogar zu ihr auf. Doch dieser Erfolg ist hart erkämpft. Lange Zeit prägte der Gedanke »Du schaffst das nicht« Jasmins Leben. Sie hielt sich für nicht klug genug, nicht hübsch genug, nicht gut genug. Der Drang, einem aufgezwungenen Idealbild entsprechen zu müssen, wurde zu einer Krankheit, die sie zehn Jahre lang nicht losließ, von der aber kaum jemand etwas wusste. Doch damit ist jetzt Schluss. Jasmin hat es satt, anderen die Kontrolle zu überlassen. Sie will ein selbstbestimmtes Leben führen. Ein Leben, in dem sie sich erlaubt, glücklich zu sein und stolz auf die eigenen Erfolge. Schonungslos offen berichtet sie von eigenen Fehlern, von negativen Einflüssen, aber auch von den guten Zeiten. So will sie denjenigen Mut machen, die ebenfalls nicht daran glauben, aus eigener Kraft etwas auf die Beine stellen zu können. Sie selbst ist der beste Beweis für ihre wichtigste Botschaft: »Lasst euch von niemandem einreden, was ihr schaffen könnt und was nicht. Glaubt mir, das habe ich viel zu lange getan. Der Satz ›Du schaffst das nicht‹ ist eine Lüge.«

Autor
Gnu,
Lisa Ludwig

Im Internet ist die 1989 geborene **Jasmin** besser bekannt als **Gnu**. 2021 gelang es ihr, über eine Million Abonnentinnen und Abonnenten auf YouTube zu begeistern – womit sie die erste und bislang einzige deutschsprachige Gamerin ist, die diesen Meilenstein knackte. Im selben Jahr wurde sie beim Deutschen Computerspielpreis als »Spielerin des Jahres« ausgezeichnet. Die große Reichweite ihrer Online-Kanäle nutzt Jasmin jedoch nicht nur, um ihre Liebe zu Videospiele auszuleben.



Warengruppe
WG 1971

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
19.07.2022

Preis (DE)
20,00 €

Seitenanzahl
288 Seiten

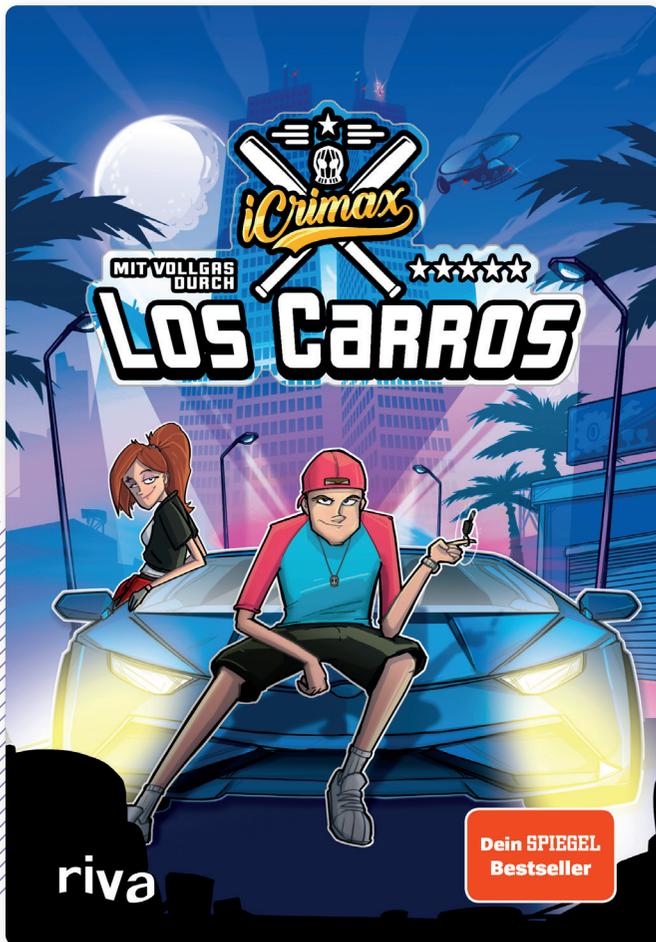
Format (Breite × Höhe)
148 × 210 mm

ISBN
978-3-96775-084-3

Preis (AT)
20,60 €



ICRIMAX: MIT VOLLGAS DURCH LOS CARROS!



★ **Ein rasantes Abenteuer mit GTA-YouTuber iCrimax!**

◀ **Eigentlich wollte Max nur einen kurzen Blick in sein Lieblingsspiel werfen, doch plötzlich steht er mitten in den Straßen von Los Carros!**

Fasziniert will er sich gerade umschaun, als er von Piper, der jungen Anführerin einer Autoschrauber-Gang, über den Haufen gerannt wird. Was als harmloser Zusammenstoß beginnt, entwickelt sich zu einem rasanten Abenteuer. Denn Piper hat mächtige Feinde, die es jetzt auch auf Max abgesehen haben! Um einen Weg zurück nach Hause zu finden, muss Max ihr helfen, den Gangstern das Handwerk zu legen. Piper hat zum Glück schon einen Plan – einen hochgradig riskanten Plan. Nur wenn die Mission gelingt, kann Max zurück in seine Welt. Scheitert sie aber ... Darüber will er lieber gar nicht erst nachdenken. Max hat keine Wahl. Es geht mit Vollgas durch Los Carros!

Autor
iCrimax

Max aka iCrimax ist fester Bestandteil der deutschen GTA-Szene. Auf YouTube folgen ihm rund 2,8 Millionen Menschen, um ihm dabei zuzusehen, wie er regelmäßig die Straßen von Los Santos im GTA-Roleplay mit seinen Freunden unsicher macht. In seinem ersten Roman »Mit Vollgas durch Los Carros!« vereint er seine Liebe zu schnellen Autos mit der Freude daran, actionreiche Geschichten zu erzählen.



Warengruppe
WG 1260

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
05.10.2022

Preis (DE)
15,00 €

Seitenanzahl
192 Seiten

Format (Breite x Höhe)
145 x 210 mm

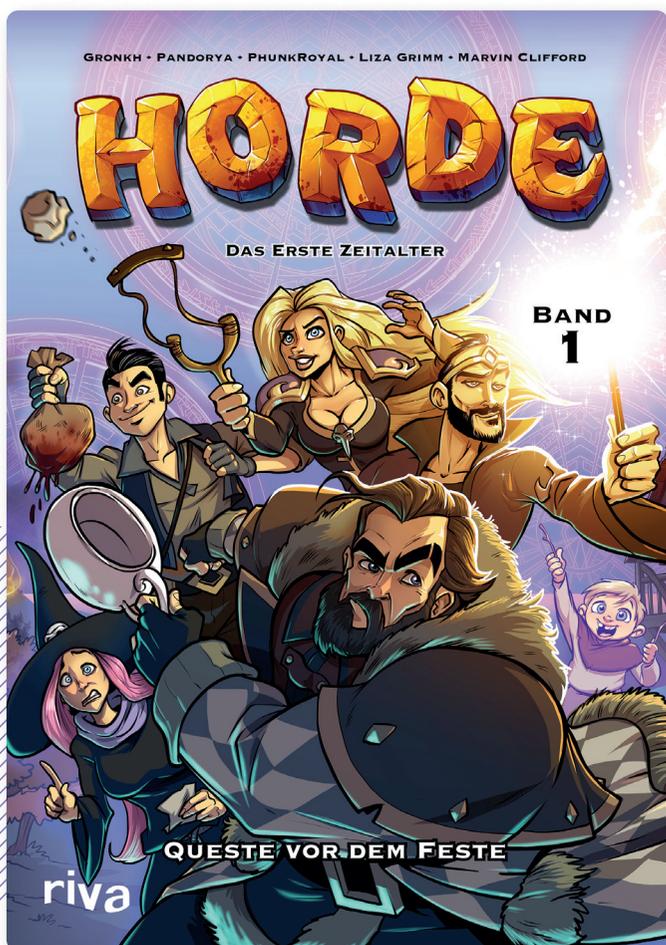
ISBN
978-3-96775-097-3

Preis (AT)
15,50 €



HORDE – DAS ERSTE ZEITALTER

Queste vor dem Feste (HORDE Comic Band 1)



★ **Der Auftakt zur ersten offiziellen Comic-Reihe von Gronkh** – dem mit 4,9 Millionen Abonnent*innen auf YouTube größten Gaming-Creator Deutschlands!

◀ **Der offizielle Comic zu »HORDE« von und mit Gronkh, Pandorya, PhunkRoyal, Liza Grimm und Marvin Clifford!** Das neue Leben von Bronko dem Brachialen und der Heilerin Lysatrya hätte so schön sein können. Die Heldentaten an den Nagel hängen und in Ruhe und Frieden eine Taverne in einem kleinen Dorf im Immergrünen Tal führen – das war zumindest der Plan. Aber das Heldenleben lässt sich nicht abstreifen wie ein zu lang getragener Umhang. Kaum sind ihre früheren Weggefährten, der Zauberer Willibert und der Dieb Snarph, zur Einweihungsfeier von Bronkos und Lysatryas Taverne eingetroffen, wird die Siedlung von einem magischen Fluch heimgesucht.

Die Dorfhexe Verina weiß Rat, doch um den Gegenzauber zu beschaffen, braucht es echte, wagemutige Helden – Helden wie unsere vier erprobten Abenteurer! Gemeinsam machen sie sich auf den Weg, das Dorf zu befreien, ahnen jedoch nicht, dass sie damit erst ganz am Beginn ihrer turbulenten Reise stehen.

Autor

**Liza Grimm,
Gronkh, Pandorya,
PhunkRoyal,
Marvin Clifford**

Für das »H.O.R.D.E.«-Projekt haben sich Fantasy-Autorin **Liza Grimm**, die Streamer*innen **Gronkh, Pandorya** und **PhunkRoyal** sowie der Comic-Zeichner **Marvin Clifford** zusammengetan, um gemeinsam aufregende Abenteuer zu erleben. Daraus entstanden ist das reichweitenstärkste Pen&Paper-Livestream-Projekt Deutschlands, das regelmäßig Zehntausende Zuschauer*innen auf YouTube und Twitch begeistert. Die offiziellen Comics zur »H.O.R.D.E.« vereinen die gesamte Geschichte des Ersten Zeitalters.

Warengruppe
WG 1181

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
15.11.2022

Preis (DE)
12,00 €

Seitenanzahl
80 Seiten

Format (Breite × Höhe)
170 × 240 mm

ISBN
978-3-96775-100-0

Preis (AT)
12,40 €



WO EIN FUCK IT, DA EIN WEG

Wie plötzlich alles möglich wird, wenn du aufhörst, es allen recht zu machen



★ **Das neue Buch der »SPIEGEL«-Bestsellerautorin Andrea Weidlich mit einer Gesamtauflage von über 200.000 Exemplaren**

◀ **Wer bist du ohne die Erwartungen anderer?** Immer wieder versuchen wir, es allen recht zu machen, und legen viel zu viel Wert auf die Erwartung anderer, die sehr viel mehr Meinung als Ahnung davon haben, wer wir wirklich sind. Aber wissen wir das überhaupt selbst noch so genau?

Als sich neun Menschen für ein Wochenende auf den Weg in die geheimnisvollen Tiefen des Waldes machen, wollen sie Antworten finden auf die Fragen: Wer bist du? Wer möchtest du sein? Und was würdest du tun, wenn alles möglich wäre? Schon bald zeigt sich ihnen, wie die Kraft des Fuck it ihr Leben verändert und plötzlich alles möglich wird. Ein Buch über die Magie der Möglichkeiten, die sich beim Lesen zwischen den Zeilen entblättern, sobald wir beginnen, ganz wir selbst zu sein. Von der Autorin der SPIEGEL-Bestseller *Der geile Scheiß vom Glücklichein* und *Wie du Menschen loswirst, die dir nicht guttun, ohne sie umzubringen*

Autor
Andrea Weidlich

Andrea Weidlich arbeitet als Autorin (»Der geile Scheiß vom Glücklichein«), Texterin und Designerin im Bereich Lifestyle und Kommunikation. Gemeinsam mit ihrer Cousine führt sie den Erfolgspodcast »gusch, baby«. Dieser ging im Februar 2018 mit seiner ersten Folge online und erreichte bereits in der ersten Woche Platz 1 in den iTunes Charts in der Kategorie Gesellschaft & Kultur.



Warengruppe
WG 1933

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
11.10.2022

Preis (DE)
17,00 €

Seitenanzahl
288 Seiten

Format (Breite x Höhe)
135 x 205 mm

ISBN
978-3-7474-0490-4

Preis (AT)
17,50 €



DIE DNA DER USA

Wie tickt Amerika?



★ **Bestseller-Autorin Sandra Navidi:**
so tickt die Weltmacht USA

◀ **Amerika durchlebt ein epochales Gesellschaftsbeben.** Mit faschistischen Methoden versuchen die Republikaner, die Demokratie zu kapern und eine autokratische Herrschaft zu etablieren: Sie befeuern die militante Spaltung der Gesellschaft, fördern einen Führerkult, rufen zu Gewalt auf und erschaffen mittels Propaganda eine fiktive Realität. Höchst aufschlussreich benennt und analysiert sie genau die Aspekte der amerikanischen Geschichte, Kultur und Weltanschauung, die dazu geführt haben, dass viele Amerikaner so anfällig für Desinformation, Propaganda und Extremismus sind.

Aus ihrer transatlantischen Perspektive erläutert sie die Hintergründe und Zusammenhänge des Kulturkrieges, des Erstarkens der Rechtsradikalen, des religiösen Fundamentalismus und des Waffenkults. Besser als jeder andere analysiert und erklärt die in New York ansässige Juristin und Wirtschaftsexpertin aus ihrer Insiderperspektive die Stellschrauben des Systems, die der Grund dafür sind, dass Amerika in eine existenzielle Krise gestürzt ist. Die DNA der USA ist ein tiefgründiges Porträt einer komplexen Nation.

Autor
Sandra Navidi

Sandra Navidi ist CEO von BeyondGlobal. Die in New York ansässige deutsche und amerikanische Rechtsanwältin gilt als eine der in der globalen Hochfinanz am besten vernetzten Personen. Außerdem ist sie Autorin des preisgekrönten Bestsellers »\$uper-hubs«. Die Wirtschaftsexpertin ist aus internationalen Medien bekannt, Mitglied im Center on Capitalism and Society, eine von 500 offiziellen LinkedIn Global Influencern und Vortragsrednerin.



Warengruppe
WG 1970

Ausführung
Hardcover

Erscheinungsdatum
18.10.2022

Preis (DE)
22,00 €

Seitenanzahl
304 Seiten

Format (Breite × Höhe)
145 × 215 mm

ISBN
978-3-95972-631-3

Preis (AT)
22,70 €



DIE ZEIT »ALLES GESAGT?«

Das A-oder-B-Kartenspiel



★ **Über 25.000 verkaufte Exemplare**
des Kartenspiels »ZEIT Verbrechen«

◀ **Lieber plastikfreie normale Gurke oder eingeschweißte Bio-Gurke?** Lieber Gutes tun oder darüber reden? Wissen oder googeln? Dieses schnelle Kartenspiel bietet 600 überraschende Alternativen, zwischen denen Sie sich entscheiden müssen. Dank verschiedener Spielvarianten können die Fragen des beliebten A-oder-B-Spiels aus dem erfolgreichen ZEIT-Podcast Alles gesagt? sowohl zu zweit als auch in einer größeren Gruppe beantwortet werden.

Gelingt es Ihnen, sich gegenseitig richtig einzuschätzen, oder deckt das Spiel ganz neue Seiten an Freunden und Familie auf? Sind Sie sich einig oder entspinnen sich herrliche Diskussionen? A oder B?

Warengruppe
WG 9416

Ausführung
NonBook

Erscheinungsdatum
18.10.2022

Preis (DE)
10,00 €

Seitenanzahl
72 Seiten

Format (Breite × Höhe)
70 × 100 mm

ISBN
978-3-7423-2251-7

Preis (AT)
10,00 €



TRUCKER BABES

Die coolsten Babes. Die spektakulärsten Routen. Die krassesten Storys.



★ *Fünf Jahre »Trucker Babes«: das offizielle Buch zum Kabel-Eins-Erfolgsformat mit durchschnittlich über einer Million Zuschauern*

◀ **Bahn frei für die Königinnen der Straße:** Wenn Jana, Bettina & Co. mit ihren 40-Tonnern über den Asphalt brettern, haben die Männer das Nachsehen. Denn ob Schwertransport, Gefahrgut oder Reifenwechsel – seit 2017 stehen die Trucker Babes im gleichnamigen TV-Erfolgsformat ihre Frau und beweisen, dass 400 PS in Frauenhand bestens aufgehoben sind. Doch wie lebt es sich eigentlich in so einem Truck? Welche Musik hören die Babes? Was bringt sie so richtig auf die Palme? Und überhaupt: Wie wird man eigentlich Trucker Babe?

Die Antworten auf diese und viele weitere Fragen, die persönlichsten Anekdoten sowie das ein oder andere Geheimnis der Trucker Babes finden sich in diesem Buch, das einen einmaligen Blick hinter die Kulissen der Sendung gewährt. Mit zahlreichen Bildern, spannenden Storys, den spektakulärsten Routen und einem Glossar, das die wichtigsten Trucker-Begriffe erläutert, ist es das perfekte Geschenk für alle Fans.

Autor
Trucker Babes



Warengruppe
WG 1967

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
15.11.2022

Preis (DE)
18,00 €

Seitenanzahl
192 Seiten

Format (Breite × Höhe)
190 × 240 mm

ISBN
978-3-7423-2267-8

Preis (AT)
18,60 €



GRÜNDEN MACHT GLÜCKLICH!

Beruflich und privat

REDLINE | VERLAG



★ **Eileen Liebig räumt mit dem Mythos auf**, dass sich Unternehmensgründung und Familiengründung nicht vereinbaren lassen

◀ **In nur drei Tagen hochschwanger gründen?** Was andere für Wahnsinn halten, ist Eileen Liebig gelungen. Ihre Erfahrungen als vierfache Patchwork-Mama und zweifache Gründerin gibt sie in ihrem Buch an alle weiter, die mit einem eigenen Business beruflichen Erfolg und privates Glück vereinen wollen. Denn der Schlüssel zu diesem Erfolg ist oftmals schlicht das richtige Mindset.

Vielen Menschen fehlt der Gründungsmut, stattdessen lassen sie ihre großartigen Ideen aus Angst vor dem Scheitern in der Schublade verstauben. Was dagegen hilft, verrät Eileen Liebig in ihrem Buch. Zusätzlich gibt sie ihr gesammeltes Gründer-Know-how weiter und verrät alle wichtigen Schritte hin zur Selbstständigkeit. Sie beantwortet zudem die wichtigsten Fragen wie »Brauche ich einen Businessplan?«, »Welche Unternehmensform ist die richtige für mich?«, »Wie läuft die Anmeldung ab?«, »Wo bekomme ich eine Finanzierung her?«.

Autor
Eileen Liebig

Eileen Liebig ist ausgebildete Reiseverkehrskauffrau, Eventmanagerin, vierfache Patchwork-Mama und Gründerin von zwei Unternehmen in der Live-Veranstaltungsbranche, unter anderem der Live-Event-Agentur MIAS DIAS. Nachdem die Corona-Pandemie die Live-Veranstaltungsbranche zum Erliegen gebracht hatte, gründete sie hochschwanger innerhalb von drei Tagen ein neues Unternehmen. Mit Online-Event-Boxen versüßt sie Unternehmen Videokonferenzen und Online-Meetings.



Warengruppe
WG 1784

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
20.09.2022

Preis (DE)
22,00 €

Seitenanzahl
240 Seiten

Format (Breite × Höhe)
135 × 210 mm

ISBN
978-3-86881-927-4

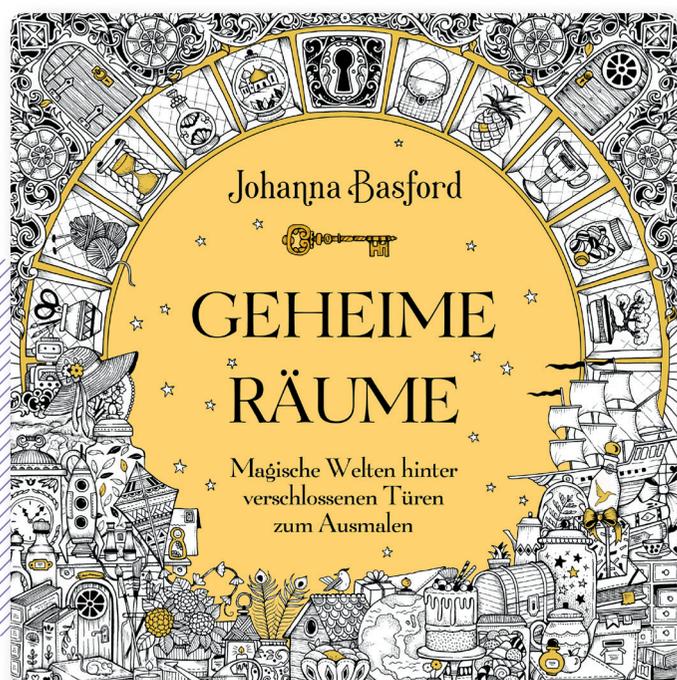
Preis (AT)
22,70 €



GEHEIME RÄUME

Magische Welten hinter verschlossenen Türen zum Ausmalen

★ *Fantastischer Longseller-Erfolg: bereits **über 600.000 verkaufte Exemplare der Malbücher** von Bestsellerautorin Johanna Basford*



◀ 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 jeder Seite sind ein geheimer Schlüssel und 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.

Autor
**Johanna
Basford**

Nachdem **Johanna Basford** 2005 ihr Textildesign-Studium erfolgreich abgeschlossen hatte, 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.



Warengruppe
WG 1413

Ausführung
Softcover

Erscheinungsdatum
24.10.2022

Preis (DE)
13,00 €

Seitenanzahl
80 Seiten

Format (Breite × Höhe)
250 × 250 mm

ISBN
978-3-7474-0506-2

Preis (AT)
13,00 €

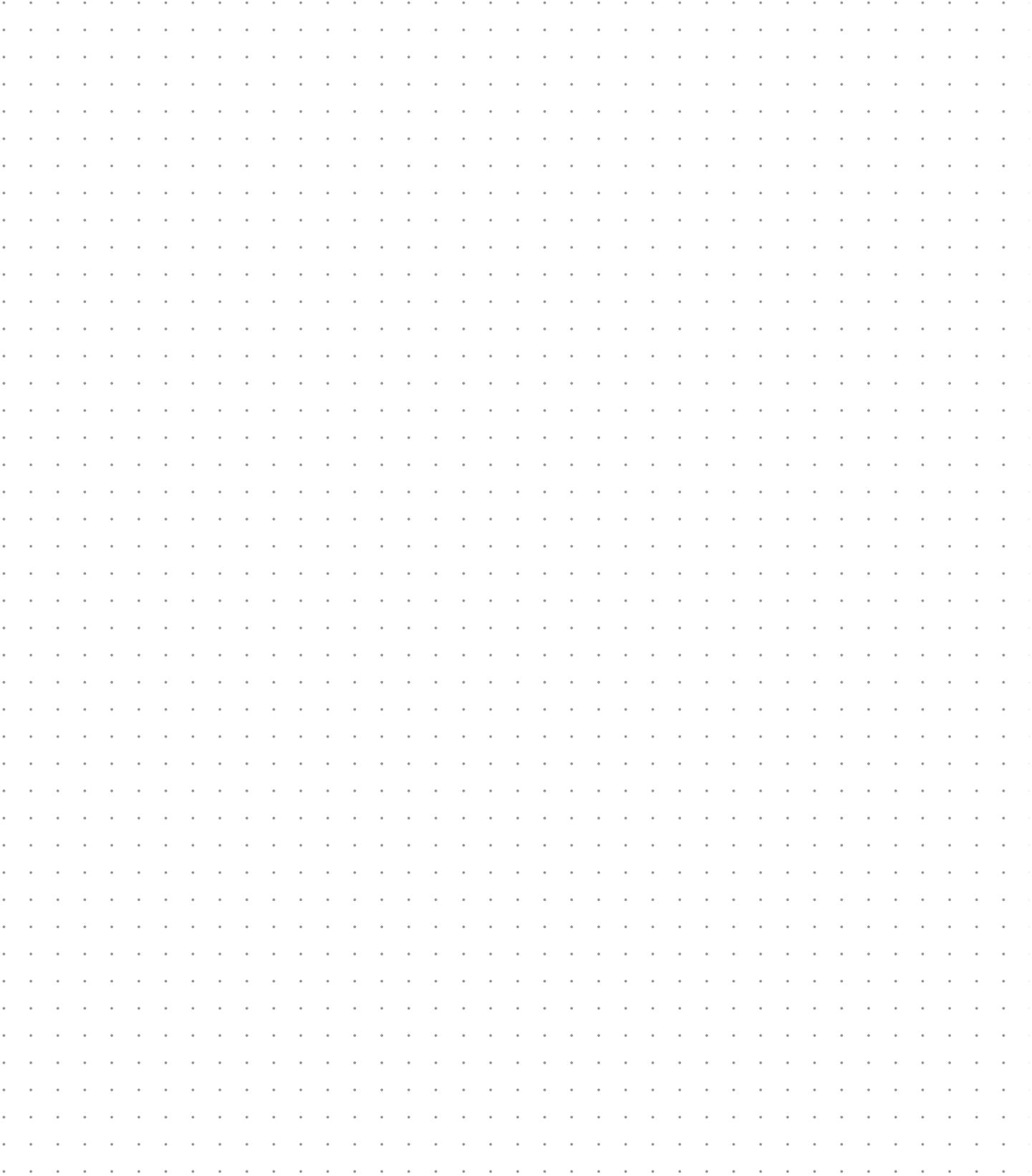




NOTIZEN

Platz für eigene Gedanken

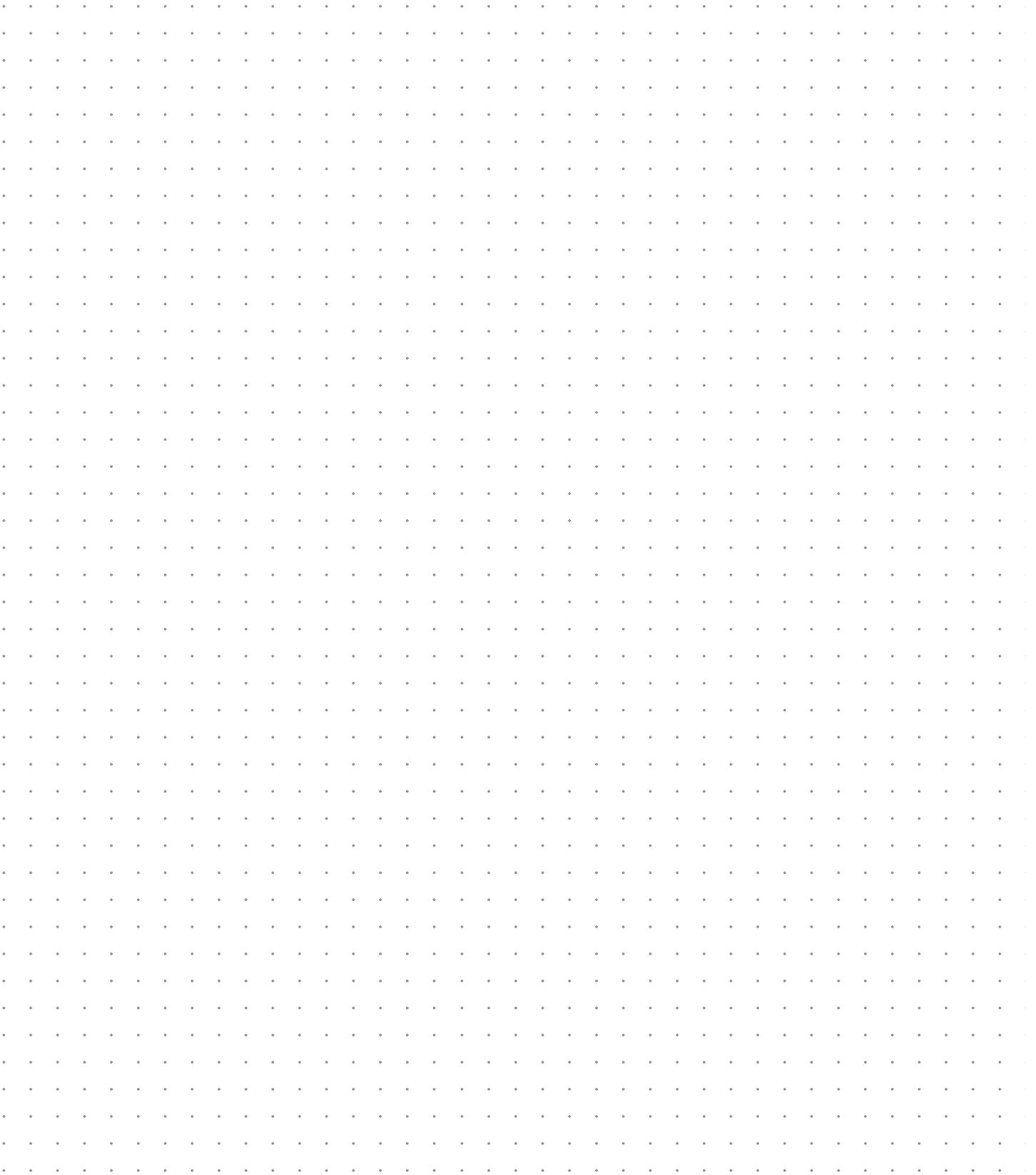
A large grid of small dots for taking notes, consisting of 20 columns and 30 rows.





NOTIZEN

Platz für eigene Gedanken





NOTIZEN

Platz für eigene Gedanken

A large grid of small dots for taking notes, consisting of approximately 30 columns and 40 rows of dots.