



Du musst nicht von allen gemocht werden : vom Mut, sich nicht zu verbiegen

Kishimi, Ichiro ; Koga, Fumitake

Lebenspraktische Einführung in die Psychologie Alfred Adlers, einem Widerpart Sigmund Freuds, in Form eines Dialoges zwischen einem Philosophen und einem unglücklichen jungen Mannes, der lernt, seine Probleme durch Umdenken zu lösen und dem sich ein Weg zu persönlichem Glück eröffnet.

Standort: Psychologie Persönlichkeit

Der Giersch muss weg : 28 Unkräuter bekämpfen oder einfach aufessen: 50 frische Wildkräuter-Rezepte

Hansch, Susanne ; Schwarzer, Elke

Die Autorinnen bieten für die Beseitigung sogenannter Unkräuter im Garten jeweils zwei Lösungen: Tipps zur Bekämpfung oder Rezepte für Gerichte aus aller Welt. Mit Unkrautkunde und Hinweisen zu Verwechslungsgefahr mit ungenießbaren "Doppelgängern".

**Standort: Kochen & Backen
Kräuter, Pilze & Gewürze**

Wer heilt, hat recht : Chancen und Grenzen der Alternativmedizin

Gottschling, Sven

Der anerkannte Schmerztherapeut stellt alternative Heilungsmethoden auf den Prüfstand: Akupunktur und Hypnose, Bachblüten und Bioresonanz, Cannabis-Therapie und Homöopathie, Pflanzenheilkunde und Anthroposophische Medizin, Schüsslersalze u.v.m.

Standort: Medizin Naturheilkunde

Romantik Deko-Zauber : 50 Ideen aus Naturmaterial für das ganze Jahr

Dvorakova-Liberdova, Lucie

Fünzig kreative Ideen für Dekorationen mit Naturmaterialien, nach Jahreszeiten geordnet. Ob einladende Türkränze, traumhafte Leuchten, verspielte Mobile oder rustikale Holzdekorationen - so vielfältig wie die Natur selbst, sind auch die Möglichkeiten, die sich mit den zig unterschiedlichen Materialien bieten.

**Standort: Basteln & Handarbeiten
Naturmaterialien**

Stehaufmensch!

Was macht uns stark? : kein Resilienz-Ratgeber

Koch, Samuel

Gut acht Jahre nach seinem lebensverändernden Unfall fasst Samuel Koch seine Begegnungen, Erfahrungen, Einsichten zusammen: Woher nehmen Menschen nach Schicksalsschlägen immer wieder die Kraft, weiterzumachen und ihr Leben zu gestalten? Was gibt ihnen Halt? Eine Spurensuche und Inspiration.

**Standort: Psychologie Lebenskrisen
Materialmix**

**Das Glitzer-Nähbuch :
Nähprojekte mit Pailletten-, Metallic-
und Glitzerstoffen für Kinder**

Delari

Das ultimative Nähbuch für Mädchen. Kleidung, Accessoires und mehr entstehen aus Glitzer- und Metallic-Stoffen und mit Wendepailletten. Die Projekte sind einfach gehalten und sind einfach nachzuarbeiten, eine ausführliche Einführung in die Verarbeitung von Effektstoffen ist ebenfalls vorhanden.

Standort: Für Eltern, Kreativ für Kinder

**Humann touch : warum körperliche
Nähe so wichtig ist : Erkenntnisse aus
Medizin und Hirnforschung**

Böhme, Rebecca

Berührungen sind für den Menschen in allen Lebenslagen und Lebensaltern sehr wichtig, so die These der Autorin (Neurowissenschaftlerin). Themen: Die kindliche Entwicklung, soziale Interaktionen, Berührung bei Erkrankung, Tier-Mensch-Beziehungen, anatomische Grundlagen, virtuelle Beziehungen u.a.m.

Standort: Psychologie

**Ganz Ohr : alles über unser Gehör und
wie es uns geistig fit hält**

Sünder, Thomas ; Borta, Andreas

Gemeinsam mit seinem Co-Autor Andreas Borta, einem Mediziner, geht Thomas Sünder allem nach, was mit den Ohren und dem Hören zusammenhängt: warum die Behandlung von Erkrankungen des Gehörs so schwierig ist und der achtsame Umgang damit umso wichtiger.

Standort: Medizin

Hans-Nasen-Ohren-Heilkunde

**Mein Gemüsegarten - wie er mir
gefällt**

Faßmann, Natalie

Können bekennende Couch-Potatoes Kartoffeln anbauen? Oder soll es doch eher der Garten zum Aus-powern sein? Ob Balkon oder Ländereien, fleißige oder faule Gärtner, dieses Buch bietet Praxiswissen für viele Nutzgarten-Wünsche an.

Standort: Haus und Garten

Nutzgarten

Gemüse- und Obstanbau

**Total allergisch - na und? :
das Mutmacherbuch bei Neuroder-
mitis, Heuschnupfen, Asthma & Co**
Halm, Daniela

Die Medizinjournalistin liefert in ihrem Titel aktuellstes Wissen rund um das Thema "Allergien" und bietet zahlreiche praktische Hilfestellungen für Betroffene und ihre Angehörigen. Dabei schreibt sie immer aus der Perspektive einer Fachfrau und zugleich einer betroffenen Mutter.

Standort: Medizin Allergien

**Fette Helden - von Avocado bis
Walnussöl: Schlank & fit mit den Top 15**
Bingemer, Susanna

Basierend auf aktuellen Studien und Erkenntnissen informiert dieser GU-Ratgeber klar und einfach: Welche Fette sind gesund, welche nicht und warum? 15 Porträts der wichtigsten gesunden Fette zeigen jeweils die Benefits und die optimale Verwendungsformen. Mehr als 50 Rezeptideen.

Standort: Ernährung

Gesunde Ernährung