

# Neue Sachbücher



©pixabay.com

## **Verschickungskinder: eine verdrängte Geschichte**

### **Gilhaus, Lena**

Die Journalistin, deren Vater einst wochenlang ohne Eltern auf Kur war, berichtet umfassend zu den Jahrzehnte gültigen Kinderkur-Strukturen in der BRD und der DDR der Nachkriegszeit. Zahllose Erzählungen früherer Kurkinder zeugen von einem unmenschlichen System, über das lange geschwiegen wurde.

**Standort:**  
**Deutsche Geschichte**  
**Bundesrepublik Deutschland**

## **Lecker vegetarisch mit nur 5 Zutaten**

Mit nur 5 Hauptzutaten ein einfaches und leckeres vegetarisches Gericht zubereiten. Die kreativen und einfallsreichen Rezepte sind im Nu nachgekocht. Ausgefallene Gerichte, die nicht nur Vegetariern schmecken werden.

**Standort:**  
**Ernährung**  
**Gesunde Ernährung**

## **Fake history: hartnäckige Mythen aus der Geschichte**

### **Teeuwisse, Jo Hedwig**

Die niederländische Historikerin, die seit 20 Jahren als "Fake History Hunter" unterwegs ist, hat hier zahlreiche durch die Social Media geisternde Legenden zusammengetragen, die sie in akribischer Recherche und auf höchst unterhaltsame Weise enttarnt.

**Standort:**  
**Weltgeschichte**

## **Fix ohne Fix: schnelle Familienrezepte**

### **Franitza, Sandra**

Die Foodbloggerin hat auf Instagram eine große Fangemeinde. Hier zeigt sie, wie man Rezepte mit "Fix-Tüte" auch ohne diese Fertigprodukte nachkochen kann. Die Rezepte reichen von Käse-Lauch-Suppe mit Hackfleisch über Paprika-Rahm-Schnitzel bis hin zu Bratkartoffeln mit Schinkenwürfel.

**Standort:**  
**Kochen & Backen**  
**Schnelle & preiswerte Küche**

## **Alleskönner Honig**

### **Branson, Susan**

Roher, nicht verarbeiteter Honig oder medizinischer Honig - das gelbe Gold lässt sich gegen vielerlei Krankheiten einsetzen, kann süßen ohne Reue und pflegt Haut und Haare. Außerdem hilft er Ameisen und Schnecken zu vertreiben und konserviert Früchte. Ein Allround-Talent.

**Standort:**  
**Medizin**  
**Naturheilkunde**

## **Der doppelte Erich**

### **Lehmkuhl, Tobias**

Warum blieb Erich Kästner während des Nationalsozialismus in Deutschland und wie verarbeitete er das Veröffentlichungsverbot in dieser Zeit? Erhellender Forschungsbericht aufgrund von akribischer Werk- und Biografie-Recherche.

**Standort:**  
**Biografie**  
**Literatur**

## **Dauernervosität überwinden**

### **Nunius, Sabine**

Wenn Unruhe zum Normalzustand wird und Entspannungsphasen fehlen, wird es für Betroffene problematisch. Dazu können nervöse Angewohnheiten wie Nägelkauen und Zähneknirschen kommen. Hier findet man Anregungen und Tipps für ein praxistaugliches Balance-Programm, um die Dauernervosität zu überwinden.

**Standort:**  
**Entspannung**  
**Stressabbau**

## **Kleine Gärten gekonnt gestalten**

### **Richter, Katja**

Die Gartenarchitektin Katja Richter führt in die Besonderheiten kleiner Gärten ein und beschreibt verschiedene Bausteine zu deren Gestaltung; sowohl als Freizeit- und Erholungsraum, aber auch zur Selbstversorgung. Mit Anleitungen und Tipps für ökologisches und nachhaltiges Gärtnern.

**Standort:**  
**Haus & Garten**  
**Gartengestaltung**

## **Bauernsterben: wie die globale Agrarindustrie unsere Lebensgrundlagen zerstört**

### **Grill, Bartholomäus**

Die moderne Agrarindustrie als Hauptverursacher des Klimawandels und des Artensterben verbunden mit einem ein dringlichen Plädoyer für ein globales Umdenken unseres Landwirtschafts- und Ernährungssystems: Landwirt Bartholomäus Grill wie sich das Idyll vom Landleben radikal verändert hat.

**Standort:**  
**Wirtschaft**

## **Schreibers Naturarium**

### **Schreiber, Jasmin**

Illustrierter Naturführer, der zum Entdecken einlädt. Monat für Monat werden Pflanzen, Tiere oder Gestirne vorgestellt, die gerade ihren Auftritt im Jahreslauf haben. Dazu regt die Autorin Aktionen wie das Führen eines Naturtagebuchs, Anlegen eines Herbariums oder ein Fotoprojekt an.

**Standort:**  
**Natur & Umwelt**  
**Nachschlagewerke**

## **50 Workouts Morgengymnastik**

### **Fastner, Gabi**

Die durchs Fernsehen bekannte Gymnastiklehrerin stellt 50 Trainingseinheiten in drei Niveaustufen für einen gelungenen Start in den Tag vor. Ziel ist mehr Beweglichkeit und Fitness. Es sind Übungen für Alt und Jung aus den Bereichen Yoga, Pilates, Herzkreislauf, Muskelaufbau und Stretching.

**Standort:**  
**Sport**  
**Fitness & Gymnastik**