

Auswahl neuer Sachbücher Oktober/ November 2025

Nordseeküsten-Radweg 3

SH 290 (Meer & Küste)

Radwanderführer zur schleswig-holsteinischen
Nordseeküste von Hamburg bis zur dänischen Grenze.

Jacob, Gitta:

Zu viel Gefühl

Psy 140 J

Die Psychotherapeutin untersucht den verbreiteten
Trend zu negativen Gefühlen und beleuchtet. Was
Gefühle eigentlich sind, worauf sie verweisen, um sie
einzuordnen und zu lernen, angemessen mit ihnen
umzugehen und sich ausgeglichen zu fühlen. Mit
alltagstauglichen Übungen.

Wartha, Olivia:

Ups, habe ich ADHS?

Pä 355 W (Eltern & Kinder)

Der Geburtstag seiner Mutter bringt Emil emotional an
seine Grenzen. Ob das Chaos in Emils Kopf einfach
von der Aufregung kommt oder hat er vielleicht auch
ADHS wie seine große Schwester? Vorlesegeschichte
und Elternratgeber in einem.

Mielkau, Ina:

Sternenzauber

Spo 998,1 M (Weihnachten)

Bastelanleitungen für Papiersterne aus Butterbrottöten,
Bodenbeuteln, Geschenktüten oder selbst gebastelten
Tüten.

Arabatzis, Sarah:

Wichtel-Weihnachtsspaß für Einsteiger

Spo 998 (Weihnachten)

Das Buch bietet Bastel- und Dekorationsanleitungen für
verschiedene Wichteltüren sowie Tipps für
Wichtelaktionen und -streiche.

Friedman, Michel:

Mensch!

Pol 743

Michel Friedman warnt eindringlich vor dem Zerfall der
Demokratie und ruft dazu auf, für Freiheit, Vielfalt und
Menschenrechte einzustehen. Mit klaren Analysen
entlarvt er Resignation, Sensationslust und autoritäre
Tendenzen.

.
. .
.

Enders, Giulia:

Organisch

Med 420

In Organisch lädt Giulia Enders zu einer Reise durch den menschlichen Körper ein und zeigt mit wissenschaftlicher Klarheit und erzählerischem Feingefühl, wie unser Körper uns neue Perspektiven auf das Leben und uns selbst eröffnen kann.

Ehlers, Marie:

Radikale Akzeptanz

Psy 848 (Leben gestalten)

Radikale Akzeptanz bedeutet, die Realität bewusst anzunehmen, um wieder handlungsfähig zu werden. Marie Ehlers zeigt in ihrem Buch anhand eigener Erfahrungen und Techniken, wie innere Kräfte aktiviert werden können – auch in existenziellen Krisen.

Schleswig-Holstein zu Fuß

SH 282

Illustrierter Wanderführer, der 25 Touren für Schleswig-Holstein in unterschiedlicher Länge und Schwierigkeit vorstellt.

Sagorski, Natascha:

Wie wir mit unseren Kindern die Demokratie verteidigen

SoP 1920

Ein sachlich fundierter, aktueller Ratgeber für Familien - informativ, praxisnah und relevant, der in keiner Bibliothek fehlen sollte.

Neureuther, Felix:

Gesunde Erde. Gesunde Kinder.

Psy 320 (Eltern & Kinder)

Kinder brauchen eine gesunde Erde - davon ist Felix Neureuther überzeugt. In seinem Buch zeigt er, wie Klimawandel unsere Natur bedroht und was Familien im Alltag tun können, um sie zu schützen.

Koblitz, Elisabeth:

«Aber alle haben ein Smartphone!»

Pä 362,1 (Eltern & Kinder)

Fundierte Antworten auf zentrale Fragen rund um Smartphone, Social Media und KI im Familienalltag. Praxisnah wird gezeigt, wie ein gesunder, bewusster Umgang mit digitalen Medien gelingt - ohne Verbote, aber mit klarer Haltung und alltagsnahen Strategien.

Böhler, Franziska:

I'm a nurse

Med 475 B (ERFAHRUNGEN)

Als "Pflege-Influencerin" während der Corona-Krise durch die Medien bekannt geworden, hat Krankenschwester Franziska Böhler (Jahrgang 1988) nun ein Buch über ihren Arbeitsalltag in Krankenhaus geschrieben, der von Kostendruck und Personalmangel geprägt ist.

Du Mont, Sky:

Ich freu mich schon auf morgen

Th 130 DuM (Älter werden)

Der schauspielernde Autor bringt in 38 kurzweiligen Geschichten seine Weltsicht zum Ausdruck.

Balci, Güner Yasemin:

Heimatland

SoP 1955 B (Biografie)

Ein wichtiger persönlicher Beitrag zu aktuellen politischen Migrationsdebatten.

Pignitter, Melanie:

Wiedersehen mit mir selbst zwischen Pizza und Aperol

Psy 841 P (Leben gestalten)

Nach einer Trennung und dem Verlust ihres Jobs wagt Eva einen Neuanfang: Mit einem geerbten VW-Bus reist sie durch Italien. Unterwegs erlebt sie skurrile Abenteuer, trifft inspirierende Menschen und entdeckt ihre eigene Stärke.

Bendixen, Britta:

Flensburg

SH 102 Fle

Wer liest sie nicht gerne – Erinnerungen an Begebenheiten, die in der eigenen Stadt spielen? Erinnern Sie sich an die Leierkastenfrau Mudder Ömchen, an den legendären Winter 1978/1979, als die Schneewehen mehrere Meter hoch waren, oder an die Anfänge der SG Flensburg-Handewitt in der Fördehalle? Waren Sie in den goldenen 80er-Jahren an der Küste unterwegs? Wie entstand überhaupt das Schuh-Phänomen in der Norderstraße? Und was ist aus dem Nashorn geworden, das das Rathaus schmückte – und wie kam es überhaupt dorthin? Britta Bendixen nimmt Sie mit auf eine amüsante und unterhaltsame Reise durch die jüngere Geschichte Flensburgs