

Auswahl neuer Sachbücher Dezember 2025

St. Ange, Caroline von:

Alles ist schwer, bevor es leicht ist

Allg 440

Caroline von St. Ange, Lerncoach und auf Instagram aktiv, wendet sich mit diesem Titel primär an Eltern und weitere Begleitpersonen von Schulkindern. Sie stellt Tipps, Handlungsempfehlungen und wertvolles Praxiswissen vor, mit dem Kinder in ihren Lernprozessen gefördert werden können.

Shaw, Ruth:

Drei kleine Buchläden am Ende der Welt

Allg 745 (Biografie)

In ihrem neuen Buch erzählt Ruth Shaw warmherzig und ehrlich von bewegenden Begegnungen in ihren kleinen Buchläden und ihrem eigenen Weg durch Verlust, Liebe und Neuanfang.

Busch, Volker:

Gute Nacht, Gehirn

Psy 105

In Gute Nacht, Gehirn zeigt Prof. Dr. Volker Busch auf, wie wir mit positiven Gedanken und einfachen Abendroutinen unser Gehirn zur Ruhe bringen und so mehr innere Stärke, Kreativität und Gelassenheit für den Alltag gewinnen können.

Schreiber, Christoph J. F.:

55 Wege, wie KI dein Leben leichter macht

Pä 440

Sammlung mit konkreten Einsatzmöglichkeiten von Künstlicher Intelligenz in Bereichen wie Gesundheit, Finanzen, Bildung, Kommunikation oder Büroalltag.

Klein, Suse:

So riecht der Herbst

Pä 394

Komplettierung der Reihe Bibliotheken empfohlen.

Hacke, Axel:

Wie fühlst du dich?

Soz 980

In diesem Buch geht es darum, unsere Gefühle zu erkennen, zu reflektieren und mit Vernunft zu verbinden, um uns gegen äußere Einflüsse zu wehren und in herausfordernden Zeiten unser Innenleben bewusst zu gestalten.

.
. .

Becker, Boris:**Inside**

Spo 305 (Biografie)

Die Texte sind leicht und angenehm lesbar. Mit zahlreichen abgedruckten Textdokumenten unterschiedlichster Art, Rückblicken in Form von "Zellenträumen" sowie einem farbigem Bildblock in der Buchmitte.

Grönemeyer, Dietrich:**Demenz**

Med 652,1

In seinem einfühlsamen und wissenschaftlich fundierten Buch zeigt Prof. Dietrich Grönemeyer, wie Demenz durch Prävention vermieden oder verlangsamt werden kann, und gibt praxisnahe Tipps für einen verständnisvollen und hoffnungsvollen Umgang mit der Erkrankung.

Bronsky, Alina:**Essen**

HW 305

Amüsant, breites Medienecho, vergleichbar und einsetzbar wie Stevan Pauls kulinarisch-literarische Lesebücher (zuletzt „Die Kichererbsen der Señora Dolores“, ID-B 41/24). (1) Inge Emskötter

Schmidt, Daniel:**Löwengrube**

Soz 655

Daniel Schmidt, Wirt des Hamburger Elbschlosskellers, erzählt von seinem bewegten Leben und den Menschen am Rand der Gesellschaft. Zwischen Absturz und Hoffnung sucht er nach Sinn, Glauben und Liebe.

Andresen, Viola:**Unsere große Nährstoffküche**

HW 265

Die TV-Ärzte erklären anschaulich die Wirkung von Mikronährstoffen, ein Selbsttest liefert erste Anhaltspunkte über Nährstoffmangel, die Rezepte sind alltagstauglich.

Guinness World Records 2026

Allg 57

Dieses Mal steht alles im Zeichen der Farbe gelb.