

## **Auswahl neuer Sachbücher Juli 2025**

### **Hegewald, Simon:**

#### **Entdecke wo du lebst!**

Erd 308 H (Wanderführer)

Attraktiver Regionen- und Wanderführer zu 140 "schönsten Zielen" in Deutschland von Norden nach Süden mit Städten, Sehens- und Erlebnenswertem, Wanderanforderungen, Ausflügen für Kinder, Fototipps usw. Mit "Absoluter-Hege-Geheimtipp", Komoot-Tourenkarten über QR-Codes, Videohinweisen, Social Media.

### **Brunwig-Ibrahim, Muriel:**

#### **Legendäre Wanderrouten in Deutschland**

Erd 308 L (Bildband)

Großformatiger Bild-Text-Band mit Beschreibungen zu 50 Wandertouren in ganz Deutschland. Mit zahlreichen Farbfotos, Illustrationen und Register.

### **Dusy, Tanja:**

#### **Buddha Bowls**

HW 485 D

50 abwechslungsreiche Rezepte von Tex-Mex bis Asien, ausgewogen angerichtet in einer Schüssel.

### **Hackstock, Roger:**

#### **Wie wir die Welt retten, ohne uns dauernd Sorgen zu machen**

Nat 1126 H

Der österreichische Energiewendespezialist stellt hier Beispiele vor, in denen die Klimakrise humorvoll betrachtet wird. Durch humoristische Mittel wird eine veränderte Auseinandersetzung mit dem Thema erzielt, die Zuversicht fördert und Ohnmachtsgefühle und Verzweiflung entgegen wirkt.

### **Wunnike, Felix:**

#### **Alles, was du übers Freunde finden wissen musst**

Soz 138

Wirtschaftspsychologe Felix Wunnike kombiniert fundiertes Wissen mit praktischen Tipps zu Körpersprache, Selbstbewusstsein, Social Media und Kommunikation. Der Ratgeber enthält viele Tipps um Freunde zu finden und soziale Beziehungen zu stärken, um Einsamkeit zu überwinden.

### **Merkel, Angela:**

#### **Freiheit**

Gesch 447 (Biografie)

Einblicke in das politische Leben und die

Überzeugungen von Angela Merkel: Dieses Buch beleuchtet ihre Haltung zur Freiheit, ihren Führungsstil und ihren Einfluss auf die deutsche und internationale Politik. Eine Analyse ihrer Werte und Entscheidungen, die eine Ära geprägt haben.

**Ritzer, Uwe:**

### **Der Ausverkauf**

SoP 2065 (Natur & Umwelt)

Während vordergründig über Heizungen gestritten wird, läuft im Hintergrund der Ausverkauf unserer Ressourcen: Wasser, Böden und Rohstoffe werden zu Profiten, oft auf Kosten des Gemeinwohls, mit Duldung oder Hilfe der Politik.

**Pfeiffer, Franziska:**

### **So einfach geht gesund essen**

HW 263

Die Ernährungs-Docs verraten ihre 40 besten Tipps und Tricks für gesunde Ernährung mit leicht umsetzbaren Strategien sowie 40 einfache Fünf-Zutaten-Rezepte für jeweils zwei Personen.

**Graßmann, Farina:**

### **True crime in nature**

Bio 770 (Natur & Umwelt)

Raffinierte Täuschungsmanöver, Fallen und dreiste Diebstähle in der Tier- und Pflanzenwelt werden hier unterhaltsam und gut recherchiert dargestellt.

**Axt-Gadermann, Michaela:**

### **Was ist los mit meinem Darm?**

Med 683,8

Die Ärztin Michaela Axt-Gadermann und die TV-Fitnessexpertin Barbara Klein beantworten in ihrem Buch fast 200 häufige Fragen zur Darmgesundheit und bieten einfache Lösungen für ein dauerhaftes Wohlfühlgewicht sowie für die Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens.

**Vogel, Laura:**

### **Dein ADHS-Wohlfühl-Guide**

Med 810,9

Das Leben mit ADHS stellt Menschen, die von dieser Neurodivergenz betroffen sind, vor große Herausforderungen im Alltag, so die persönliche Erfahrung der Autorin. Es gibt oft Schwierigkeiten z.B. mit Fokus, Konzentration, Bei-der-Sache-bleiben, Entspannung, Pause-machen, Self-Care.

**Michell, Tom:**

### **Der Pinguin meines Lebens**

Bio 896

Der Autor erinnert sich an seine Zeit als junger Lehrer in Südamerika, in der er durch die ungeplante Freundschaft zu einem Pinguin überraschende Erfahrungen mit den Gewohnheiten des Tieres, mit gesellschaftlichen Gegebenheiten und mit sich selbst sammelt.

**Hartl, Johannes:**

### **Die Kraft eines fokussierten Lebens**

Psych 840 - H

Viele Menschen erleben sich heutzutage in einem

Leben, mit dem sie unzufrieden sind. Sie leben nicht in Übereinstimmung mit ihren Werten. Johannes Hartls Buch kann helfen, in kleinen Schritten hinein in ein Leben auszubrechen, das mehr mit dem übereinstimmt, was man wirklich will.

**Ermer, Lara:**

### **Alle gegen alle**

Soz 150

Die Comedienne mit Psychologie-Abschluss Lara Ermer nähert sich dem Thema Streit humorvoll und wissenschaftlich fundiert: Anhand 245 psychologischer Studien schreibt sie einen witzigen Leitfaden wie eine gute Streitkultur gelingen kann und die Familienfeier eventuell nicht in einem Desaster endet.

**Dittmann, Anne:**

### **Jungs von heute, Männer von morgen**

Pä 257 (Eltern & Kinder)

Eltern von Söhnen stehen vor besonderen Herausforderungen: Wie gelingt eine Erziehung frei von Rollenklischees? Anne Dittmann zeigt in ihrem Buch alltagsnahe Wege, Jungen empathisch und respektvoll zu begleiten - mit Interviews und praktischen Impulsen.

**Schlegl, Tobias:**

### **Leichtes Herz und schwere Beine**

Erd 532 (Reiseberichte)

Tobias Schlegl geht zusammen mit seiner 73-jährigen Mutter den Jakobsweg, um ihr einen lang gehegten Wunsch zu erfüllen. Während der Reise stellt er Fragen, die ihm schon lange auf der Zunge lagen, und lernt sie neu kennen. Das Buch zeigt, wie wertvoll gemeinsame Zeit mit den Eltern ist.

**Gerste, Ronald D.:**

### **Wie Technik Geschichte macht**

Tech 13,1

Vom Buchdruck über die Glühbirne und die Eisenbahn bis zur Weltraumrakete oder den ersten Algorithmen werden bahnbrechende technische bzw. wissenschaftliche Errungenschaften sowie die dazugehörigen Persönlichkeiten näher beleuchtet.

**Vogt, Leandra:**

### **Cycle Breaker**

Pä 351 (Eltern & Kinder)

Die Kindheitspädagogin und Resilienztrainerin Leandra Vogt vermittelt in leicht verständlicher Sprache sowohl Hintergrundwissen als auch Lösungsansätze für Cycle Breaker, ohne dabei das Thema Resilienz zu vernachlässigen.

**Kockskämper, Oliver:**

### **Die 55 schönsten E-Bike-Touren in Deutschlands Norden**

Erd 350

E-Bike-Führer mit 55 Vorschlägen für Rund- und Streckentouren zwischen 46 und 117 km Länge in sieben nördlichen Bundesländern zwischen Emden und Berlin, Sylt und Hildesheim; reich illustriert.