

# Stadtbücherei Barmstedt

Holstenring 10, 25355 Barmstedt  
Tel. 04123 / 92 88 02  
www.stadtbuecherei-barmstedt.de



## Auswahl neuer **Sachbücher** Juni 2019

**Bittler, Jan:**

### **Das Vorsorge-Handbuch**

MED 14,1 B

Das aktuelle Arbeitsbuch stellt rechtssichere juristische und medizinische Erläuterungen auch als Formulierungshilfen (Textbausteine) für persönliche Vollmachten und Verfügungen vor: Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Sorgerechtsverfügung für Kinder, Testament, digitaler Nachlass.

**Eris, Marcel:**

### **MontanaBlack: vom Junkie zum YouTuber**

ALLG 235 MON

Mit Anfang 20 ist Marcel Eris aus Buxtehude am Ende: arbeitslos, drogenabhängig, obdachlos, kriminell. Doch dann bekommt er die Kurve, wird clean und transformiert sich zu MontanaBlack, Deutschlands erfolgreichstem Gaming-Streamer mit Millionen Fans auf YouTube und Twitch.

**Fitzek, Sebastian:**

### **Fische, die auf Bäume klettern: ein Kompass für das große Abenteuer namens Leben**

PSY 840 F

Aus dem Gedanken heraus, was Fitzek seinen Kindern mit auf den Weg geben würde, wenn er nicht mehr lange zu leben hätte, ist dieses Buch entstanden. Fitzek geht den Fragen nach, welche Lebensziele wichtig sind, wie wir mit Mitmenschen umgehen sollten, was man aus Niederlagen lernen kann ...

**Haas, Oliver:**

### **Moderne Autopflege: Waschen, Polieren & Detailing vom Allerfeinsten**

TECH 629 H

Profitipps zur werterhaltenden Pflege und Aufbereitung von Neu- und Gebrauchtwagen.

**Halm, Daniela:**

### **Total allergisch – na und?: das Mutmacherbuch bei Neurodermitis, Heuschnupfen, Asthma & Co**

MED 660 H

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.

**Hess, Thomas:**

### **Wächst das von allein – oder muss ich jetzt was machen?: alle Gartenarbeiten auf einen Blick**

LAN 675 H

Monat für Monat erklärt der Autor, wie man mit drei bis maximal sechs Arbeiten im Monat seinen Garten gut versorgen kann. Die Arbeiten sind nach den verschiedenen Gartenbereichen zusammengefasst (Blumen-, Gehölze-, Kräuter-, Obst- und Gemüsegarten).

**Husen, Paulus van:**

### **Als der Wagen nicht kam: eine wahre Geschichte aus dem Widerstand**

GESCH 433 H

Manfred Lütz veröffentlicht die persönlichen Erinnerungen seines Großonkels Paulus van Husen, der 1891 in Gelsenkirchen geboren wurde, Jura studierte, im Ersten Weltkrieg Militärdienst leistete, im Zweiten Weltkrieg am Hitlerattentat mitwirkte und später unter Adenauer erster Verfassungsgerichtspräsident Nordrhein-Westfalens wurde.

**Jähner, Harald:**

### **Wolfszeit: Deutschland und die Deutschen 1945-1955**

GESCH 443 J

Nach den entbehrungsreichen Kriegsjahren herrscht unter der Bevölkerung nach Kriegsende im Mai 1945 eine Aufbruchstimmung. Die Menschen packen an und hoffen auf eine friedliche Zukunft.

**Jorde, Alexander:**

### **Kranke Pflege: gemeinsam aus dem Notstand**

MED 115 J

Der Autor (Jg. 1996, Auszubildender in der Gesundheits- und Krankenpflege) beschreibt aus eigener Erfahrung und mit Engagement die Missstände in der Pflege, die tagtäglich die Würde des Menschen verletzen, und liefert Denkanstöße, was sich ändern muss, mit Beispielen aus anderen Ländern.

**Juul, Jesper:**

### **Elterncoaching**

PÄ 335 J

Kinder brauchen keine perfekten Eltern, aber sie brauchen Mütter und Väter, die ihnen Orientierung bieten und die respektvoll ihre Verantwortung in der Familie ausfüllen. Der Familientherapeut macht Eltern Lust und Mut, ihren eigenen Weg zu gehen und wichtige Themen anzupacken: Ist Gleichberechtigung der Schlüssel zu einem freundlichen Familienklima? Wie viel Freiheit und wie viel Führung brauchen Kinder? Wie finden Paare und Alleinerziehende im täglichen Umgang mit den Kindern ihr Gleichgewicht im Leben? Entscheidend ist nicht nur die liebevolle Beziehung zwischen Eltern und Kindern, sondern auch Raum und Zeit für sich selbst und den Partner zu haben.

**Jorde, Alexander:**

**Kranke Pflege: gemeinsam aus dem Notstand**

MED 115 J

Der Autor (Jg. 1996, Auszubildender in der Gesundheits- und Krankenpflege) beschreibt aus eigener Erfahrung und mit Engagement die Missstände in der Pflege, die tagtäglich die Würde des Menschen verletzen, und liefert Denkanstöße, was sich ändern muss, mit Beispielen aus anderen Ländern.

**Koglin, Ilona:**

**Und jetzt retten wir die Welt!: wie du die Veränderung wirst, die du dir wünschst: das Handbuch für Idealisten und Querdenker**

SOP 2250 K

Nachschlagewerk, Lesebuch und Ratgeber zu einer umweltverträglichen Lebensführung jedes einzelnen.

**Krause, Johannes:**

**Die Reise unserer Gene: eine Geschichte über uns und unsere Vorfahren**

GESCH 111 K

Der Paläoanthropologe Johannes Krause und der Journalist Thomas Trappe haben sich mit den Wanderungsbewegungen unserer Vorfahren aus Afrika in die ganze Welt, insbesondere nach Europa, befasst. Ohne Immigranten, die auch immer neue Fähigkeiten und Ideen mitbrachten, wäre Europa gar nicht denkbar.

**Leiß, Olaf:**

**Europäische Union für dummies**

POL 483 L

Darstellung der Geschichte der europäischen Einigung, der Institutionen und der Politik der EU.

**Leo, Maxim:**

**Wo wir zu Hause sind: die Geschichte meiner verschwundenen Familie**

GESCH 432 L

Eine deutsch-jüdische Familiengeschichte: Einst in Deutschland zu Hause, wurden die Leos von den Nazis vertrieben. Heute leben die Nachfahren von Hilde, Ilse und Nina über die Welt zerstreut, fühlen aber dennoch eine tiefe Verbundenheit zur Heimat ihrer Vorfahren.

**Leve, Jonas:**

**Von Null auf Omm: Achtsamkeitsübungen für weniger Stress und mehr Gelassenheit**

PSY 855 L

Das Buch basiert auf der Meditationsapp "7Mind" und bietet wie diese ein 7-Tage-Programm mit Übungen für eine allererste Meditationsswoche. Daneben werden kurz die Grundlagen von Achtsamkeit und Meditation erläutert.

**Precht, Thade:**

**Spiel & Spaß: 111 geniale Lifehacks für mehr Freude und Freizeit**

SPO 951 P

111 unkomplizierte Hacks für die Freizeit zeigen, wie man mit ein paar Kniffen Alltagsgegenstände kurzerhand in Spielzeug mit Spaßfaktor verwandelt.

**Riedl, Matthias:**

**Das 20:80 Kochbuch für Berufstätige: 20% Verhalten ändern, 80% Essgewohnheiten beibehalten**

HW 505 R

Der durch das Fernsehen bekannte "Ernährungs-Doc" Riedl beschreibt anschaulich, wie man durch die Veränderung der Essgewohnheiten dauerhaft abnehmen und sich gesund und lecker ernähren kann, vor allem im Berufsalltag und unterwegs. Mit rund 80 Rezepten, die maximal 30 Minuten dauern.

**Schmidt, Daniel:**

**Elbschlosskeller**

ALLG 235 SCH

Daniel Schmidt (Jg. 1984) steht im Elbschlosskeller in Hamburg-St. Pauli als Wirt hinterm Tresen. Hier erzählt er von seiner Arbeit in der "härtesten Kneipe Deutschlands".

**Schmidt, Esther:**

**Hühner Basics: Hühnerhaltung für Anfänger**

LAN 330 SCH

Rundum gelungener Titel, angereichert mit zahlreichen Farbfotografien und vielen wissenswerten Tipps einer erfahrenen Hühnerhalterin.

**Stahl, Stefanie:**

**Nestwärme, die Flügel verleiht**

PÄ 335 S

Die Auseinandersetzung mit dem inneren "Schattenkind" hilft Eltern, den Bedürfnissen ihrer Kinder nach Bindung und Autonomie gerecht zu werden und altersentsprechende Grenzen zu setzen bzw. Freiräume zu geben. Dies stärkt das kindliche Selbstwertgefühl und die Eltern-Kind-Beziehung.

**Staudinger, Nicole:**

**Ich nehm schon zu, wenn andere essen!: wie ich trotz 7 Millionen Ausreden 30 Kilo verlor**

MED 215 S

Persönliche und humorvolle Schilderung der "Schlagfertigkeitsqueen" Staudinger zu ihren (erfolglosen) Diäterfahrungen. Erst die Veränderung hin zur ausgewogenen und bewussten Ernährung hilft dauerhaft gegen ihr Übergewicht.

**Tietjen, Bettina:**

**Tietjen auf Tour: warum Camping mich glücklich macht**

ERD 236 T

Kurzweilig und humorvoll erzählt die bekannte Moderatorin von Erlebnissen während ihrer Camping-Reisen quer durch Europa in den Jahren 1978-2008.

**Winnemuth, Meike:**

**Bin im Garten: ein Jahr wachsen und wachsen lassen**

LAN 675 W

Mit Tempo und Witz erzählt Winnemuth in ihrem Tagebuch von ihrem neuen Abenteuer - dem ersten eigenen Garten. Vom Träumen und Planen, Schuffen und Graben, Säen, Pflanzen, Ernten, Essen.