

# NEUE BÜCHER – SACHBÜCHER



**Gross, Peter**

**Wir werden älter. Vielen Dank. Aber wozu?**

**254 S. – 2013**

**Verlag: Herder**

Wir werden immer älter. In zwei Jahrhunderten hat sich unsere Lebenserwartung verdoppelt. Wozu eigentlich? Was hat das lange Leben für einen Sinn in einer Gesellschaft, die das Starke, Schnelle und den permanenten Stress prämiiert? Peter Gross stellt das herrschende Altersbild auf den Kopf. Alter beruhigt. Alter macht das Leben zum ersten Mal in der Menschheitsgeschichte ganz. Und es mäßigt eine heiß laufende Gesellschaft, die sich selber überfordert und ihre Lebensgrundlagen verzehrt.

**Signatur: 172**



**Doubek, Anna**

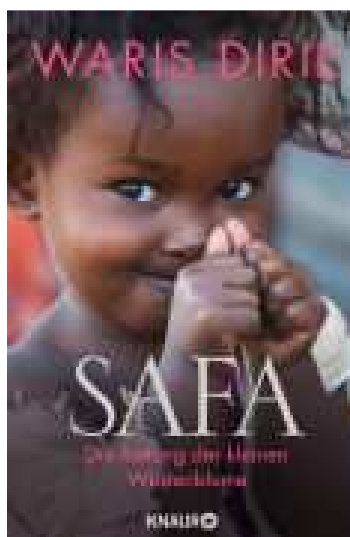
**Er geht. Frauen erzählen**

**223 S. – 2013**

**Verlag: Knauer**

Aus heiterem Himmel. Es geschieht täglich tausendfach, es gehört zu unserem Leben. So gut wie niemand bleibt davon verschont, vom Ende einer Liebe. Die Geschichten, die damit verbunden sind, können grausam sein, tragisch, anrührend. Fast immer sind sie traumatisch. Geschichten von Frauen, die von heute auf morgen verlassen wurden. Wie es ihnen erging, als der Traum vom gemeinsamen Glück zerbrach.

**Signatur: 173**



**Dirie, Waris**

**Safa – Die Rettung der kleinen Wüstenblume**

**300 S. – 2013**

**Verlag: Knauer**

Die kleine Safa stammt aus einer bitter armen Familie in Dschibuti. Aufgewachsen in einem Slum, wird sie für die Rolle der kleinen Waris Dirie in der Verfilmung des Weltbestsellers Wüstenblume ausgewählt. Die dramatische Szene, in der das kleine Mädchen gewaltsam beschnitten wird, bringt die Menschen in den Kinos weltweit zum Weinen. Doch in Wirklichkeit ist Safa noch unversehrt. Umso entsetzter ist Waris Dirie, als sie erfährt, dass ihre Verstümmelung unmittelbar bevorsteht. Und sie setzt alles daran, um das Mädchen vor diesem grausamen Schicksal zu bewahren.

**Signatur: 173**



**Koydl, Wolfgang**

**Die Besserköner:** Was die Schweiz so besonders macht

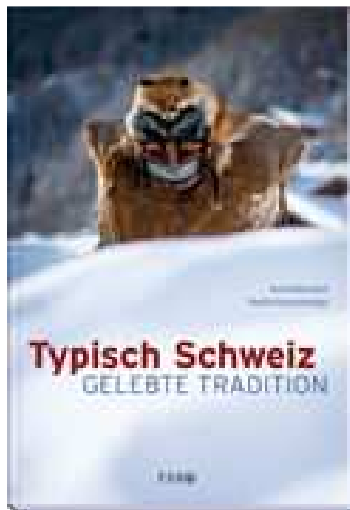
222 S. - 2014

**Verlag: Orell Füssli**

Die Schweiz macht vieles besser, darum geht es ihr so gut. Ihre Bürger haben mehr Geld, mehr Rechte und sind zufriedener. Doch anstatt sie zu beneiden, sollten wir sie nachahmen. In Europa könnte sogar das Überleben der Demokratie davon abhängen.

Der Autor ist schon ein Leben lang Journalist in England, Österreich, Ägypten, Sowjetunion, Türkei, USA und in der Schweiz. Die letzten 23 Jahre schrieb er für die *Süddeutsche Zeitung*.

**Signatur: 393**



**Haberstich, Kurt; Hauzenberger, Martin**

**Typisch Schweiz:** Gelebte Tradition

222 S.; ill. - 2013

**Verlag: Faro**

Die Schweizerinnen und Schweizer pflegen mit Hingabe die Volkskunst und die vielen Bräuche. Deswegen ist das Land trotz seiner überschaubaren Grösse reich an lebendigen Traditionen. Die einen stammen aus der Kultur rund ums Alpleben, andere aus den Feiern der bürgerlichen Berufsverbände, dritte aus dem dörflichen Alltag. Einige wenige, dafür umso stärker verwurzelte Bräuche, gelten für das ganze Land. In diesem Buch wird gekäst und gesungen, gestickt und geschwungen, prozessiert und - nicht selten geklopft. Typisch schweizerische Eigenheiten und gelebte Traditionen stellen sich vor. Mit diesem Büchlein lässt sich planen, wann und wo ein Ausflug zu einem Anlass angesagt ist.

**Signatur: 393**



**Ebert, Vince**

**Bleiben Sie neugierig**

283 S.

**Verlag: Rowohlt**

Warum stehen wir ständig im Stau, Ameisen hingegen nie? Und warum schmeckt ein Earl Grey auf dem Gipfel des Mount Everest nicht? Naturwissenschaft trifft Komik, eine Kombination mit Sprengstoff für unser Gehirn. Von wegen Chemie ist trocken. Und von wegen Physik besteht nur aus Formeln, die man nicht versteht. In der ARD-Sendung «Wissen vor acht-Werkstatt» stellt sich der Diplom-Physiker und Kabarettist Vince Ebert mit Leib und Seele jedem noch so skurrilen naturwissenschaftlichen Phänomen. Verblüffende Antworten auf ungewöhnliche Fragen unseres Alltags. Beste Unterhaltung zum Staunen, Wundern und Dazulernen, für Wissensdurstige aller Altersklassen.

**Signatur: 50**

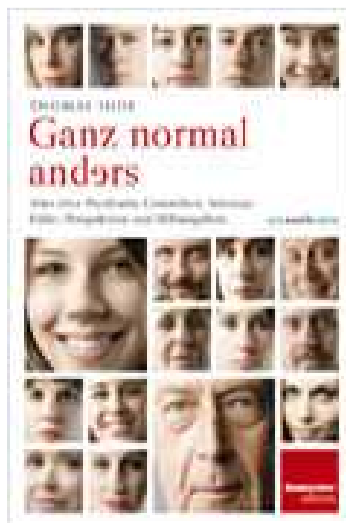


**Gruber, Fredy**  
**SkinReset.** Das Schönheitsprogramm  
 131 S.  
**Verlag: Life Reset Verlag**

SkinReset ist ein Gesundheitsprogramm, mit dem die Haut regeneriert wird und viele Sünden der Vergangenheit rückgängig gemacht werden können. Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin, der Reflexzonentherapie und das Wissen über Spiegelneuronen führen zu gezieltem Einsatz der richtigen Kosmetik und spezieller Techniken der Hautverjüngung.

Das Buch zeigt auf, was unserer Haut schadet. Es informiert über Industriegifte in Kosmetika und erklärt, wie wichtig es ist, zuerst den Darm zu sanieren, vor dem Griff zu teuren Cremes.

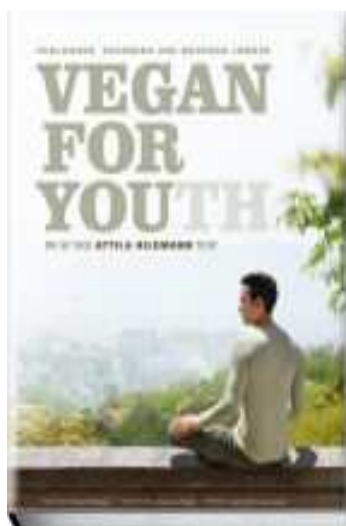
**Signatur: 613**



**Ihde-Scholl, Thomas**  
**Ganz normal anders.** Alles über psychische Krankheiten, Behandlungsmöglichkeiten und Hilfsangebote  
 365 S.  
**Verlag: Beobachter**

In jedem Leben schlummert das Risiko, von einer psychischen Krankheit betroffen zu werden. Was sind Auslöser, was typische Symptome, die uns hellhörig machen sollten? In diesem einfach verständlichen Kompendium erfahren Laien alles über Krankheitsbilder, Behandlungsmöglichkeiten und Hilfsangebote in der Schweiz. Die Leserinnen und Leser erkennen, wie sie ihrer psychischen Gesundheit bewusst Sorge tragen und im Krankheitsfall als Betroffene oder Angehörige gezielt reagieren und am richtigen Ort Unterstützung holen können. Wann ist eine Depression tatsächlich eine Depression? Wie begegnet man verinnerlichten Ängsten? Wie erkennt man eine Schizophrenie, und was ist zu tun, wenn eine nahestehende Person von einer Essstörung betroffen ist?

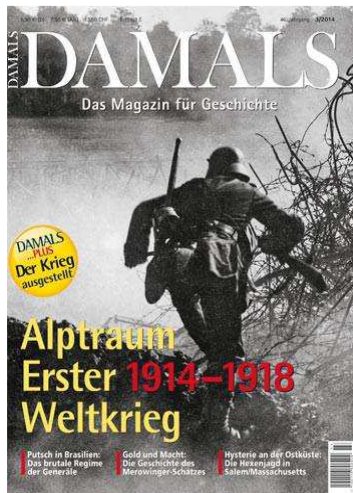
**Signatur: 616.8**



**Hildmann, Attila**  
**Vegan for Youth.** Die 60 Tage Attila Hildmann Triät  
 287 S.  
**Verlag: Becker Joest**

Bis nach Japan ist AH u. a. gereist, um die Zusammenhänge zwischen besonderen Lebensmitteln und den Orten zu verstehen, an denen Menschen bei bester Gesundheit steinalt werden. Aus den gesammelten Erkenntnissen über die sogenannten "Superfoods" hat er jetzt seine einmalige "Triät" entwickelt. Begleitet von Wissenschaftlern der Charité in Berlin hat er die Wirkung seiner Ernährungsempfehlungen überprüft. Das Fazit: Mit leckeren veganen Rezepten, einem Training zur Verbesserung der Beweglichkeit und einem begleitenden Programm zur Meditation nach asiatischem Vorbild kann jeder mit dieser Triät in nur 60 Tagen einen neuen Status quo des eigenen Körpers erreichen.

**Signatur: 641.2**



**DAMALS:** Das Magazin für Geschichte  
90 S.; ill. – 2014  
**Verlag:** Sailer

Der Ausbruch des Ersten Weltkriegs im Sommer 1914 jährt sich dieses Jahr zum 100. Mal. Aus diesem Grund erschienen und erscheinen zahlreiche Publikationen zum Thema. Der Erste Weltkrieg wird als Zäsur des 20. Jahrhunderts bezeichnet. Im Rückblick leitete die „Urkatastrophe“ (George F. Kennan) eine von Kriegen geprägte Phase der Weltgeschichte ein, ohne die kaum eine Entwicklung des 20. Jahrhunderts hinreichend erklärt werden kann.

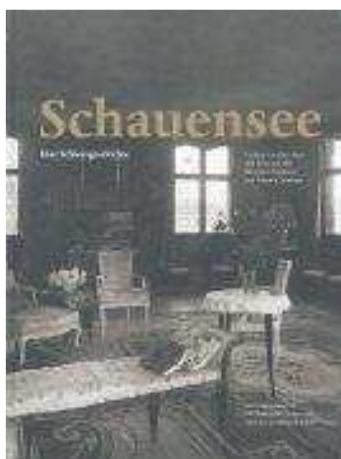
**Signatur:** 931.951



**Kreis, Georg**  
**Insel der unsicheren Geborgenheit:** Die Schweiz in den Kriegsjahren 1914-1918  
299 S.; ill. – 2014  
**Verlag:** NZZ

Wie wirkte sich der Erste Weltkrieg auf die schweizerische Gesellschaft aus? In welchem Mass hat die Schweiz ihre Offenheit und Verbundenheit mit der sie umgebenden Welt im Ersten Weltkrieg eingebüsst? Nahm das Reduitdenken, das im Zweiten Weltkrieg und danach im Kalten Krieg weiterlebte, bereits damals seinen Anfang und erschwert damit die heutigen Beziehungen zu Europa? Nachdem der Zweite Weltkrieg in den letzten Jahren viel Aufmerksamkeit absorbiert hat, wird der Erste Weltkrieg zurzeit international breit thematisiert. Vieles wurde 1914/18 vorweggenommen, was sich 1939/45 wiederholen sollte. Georg Kreis gibt, basierend auf den neusten Forschungen, einen allgemeinen Überblick und wirft aus gegenwartsbestimmtem Interesse einen spezifischen Blick auf die Jahre 1914-18. Stand früher die Frage im Vordergrund, wie es der kleinen Schweiz gelungen ist, sich aus dem grossen Krieg herauszuhalten, steht heute das vielseitige Betroffensein im Zentrum.

**Signatur:** 949.45



**Hess, Silvia, Hitz, Benjamin**  
**Schauenensee:** Eine Schlossgeschichte  
117 S.; ill. – 2013  
**Verlag:** Pro Schauenensee

Dieser hübsche und reich illustrierte Band erzählt die wechselvolle Geschichte der kleinen Burganlage. Sie dürfte im späten 12. oder frühen 13. Jahrhundert entstanden sein und der erste bekannte Besitzer und Bewohner war Rudolf von Schauenensee. Heute ist das Schloss ein Haus für alle, wird von der Gemeinde genutzt und für Anlässe vermietet.

**Signatur:** 949.49