

NEUE SACHBÜCHER

Juni 2018



Dath, Dietmar

Karl Marx

100 S. - 2018

Verlag: Reclam

Im Januar 2009 wurde Dietmar Dath vom Spiegel gefragt, ob er für die »Beseitigung des kapitalistischen Systems« sei. Seine Antwort: »Absolut.« Mit diesem Beitrag zu Marx 200. Geburtstag hat Dath nicht nur ein äußerst persönliches Buch über Marx geschrieben, sondern eines, das in seiner Klarheit und Dynamik gleichzeitig eine brillante Einführung in die Marxsche Lehre und deren Nachwirkung bietet. So zeigt er unter anderem, dass Marx das zu Bekämpfende immer zuerst einmal verstehen will und sich stets an der Praxis orientiert - zwei der vielen Gründe für seine anhaltende Aktualität.

Signatur: 126



Emcke, Carolin

Gegen den Hass

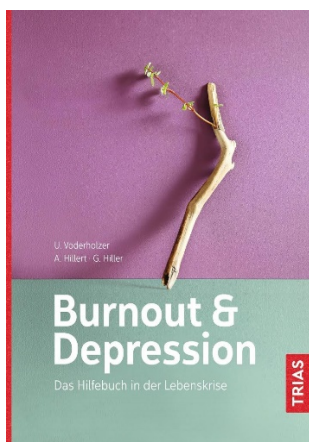
240 S. - 2018

Verlag: Fischer

«Das Werk von Carolin Emcke ist Vorbild für gesellschaftliches Handeln in einer Zeit, in der politische, religiöse und kulturelle Konflikte den Dialog oft nicht mehr zulassen. Sie beweist, dass es möglich ist, und ihr Werk mahnt, dass wir uns dieser Aufgabe stellen müssen».

Aus der Begründung der Jury zum Friedenspreis des deutschen Buchhandels.

Signatur: 126



Voderholzer, U., Hillert, A.

Burnout & Depression

Das Hilfebuch in der Lebenskrise

192 S. - 2018

Verlag: Trias

Aufbruch in ein gutes Leben!

Drei Experten zeigen uns, wie wir erste Anzeichen von Burnout und Depression erkennen und was wir selbst gezielt tun können. Wir verändern unser Verhaltensmuster, überdenken unser Selbstbild und gelangen zurück zu einem freudvollen, aktiven Leben.

Signatur: 159.64



Schäfer, Bodo

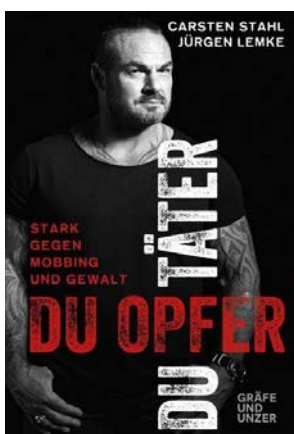
Die Gesetze der Gewinner

256 S. - 2003

Verlag: DTV

Erfolg und ein erfülltes Leben – diese Ziele haben wir alle. Doch oft geben wir uns mit zu wenig zufrieden. Unsere Visionen, unsere Träume werden von Verpflichtungen, Frustrationen oder dem Alltagsgeschäft überlagert. Genau hier setzt das Coaching von Bodo Schäfer ein. Er hat 30 leicht nachvollziehbare Strategien entwickelt und erprobt, die beruflichen und persönlichen Erfolg befördern. Jedes Gesetz wird ausführlich erklärt und enthält einen Praxisteil mit Aufgaben und Übungen, die der Leser gleich ausprobieren und umsetzen kann. So kann man Tag für Tag feststellen, wie sich die eigenen Verhaltensweisen und die Sicht auf die Welt ändern innerhalb nur eines Monats.

Signatur: 172



Stahl, Carsten, Lemke, Jürgen

Du Täter, du Opfer

Ein starker weg gegen Mobbing und Gewalt

208 S. - 2018

Verlag: Gräfe und Unzer

Carsten Stahl erzählt seine aufrüttelnde Geschichte, die ihn mitten in die Berliner Unterwelt führte – bis er sich nach einem traumatischen Erlebnis dazu entschliesst, ihr den Rücken zu kehren und ein neues Leben zu beginnen.

Er beschliesst, sich an Schulen in ganz Deutschland gegen Mobbing und Gewalt zu engagieren.

Signatur: 172



Del Ponte, Carla
Im Namen der Opfer
 200 S. - 2018
 Verlag: Giger

Dieses Buch ist ein unerschrockenes Statement im Namen der Opfer über den einsamen und verzweifelten Kampf von Carla del Ponte für Menschenrechte und für den Frieden. Im Oktober 2017 gab Carla del Ponte überraschend ihren Rücktritt als UNO-Sonderberichterstatterin von Syrien bekannt. Die frühere UNO-Chefanklägerin Carla del Ponte wirft der internationalen Gemeinschaft im Syrienkonflikt kollektives Versagen vor. Gräueltaten, wie etwa jene der Terrororganisation IS, habe sie zuvor noch nie gesehen, nicht in Jugoslawien, nicht in Ruanda.

Signatur: 327



Ziegler, Jean
Warum wir weiter kämpfen müssen
 Mein Leben für eine gerechtere Welt
 320 S. - 2018
 Verlag: Pantheo

In diesem Buch wirft Jean Ziegler einen sehr persönlichen Blick auf die Kämpfe, die er zeit seines Lebens ausgetragen hat. Er berichtet von seiner stets vehementen Kritik an den Machenschaften des globalisierten Finanzkapitals und an den imperialen Strategien der Großmächte und erzählt von seinem Engagement für die Wahrung der Menschenrechte. Den Siegen im Kleinen stehen immer wieder Niederlagen im Großen gegenüber - für Jean Ziegler kein Grund zur Resignation: »Was mich angeht, so werde ich den Kampf fortsetzen. Und ich werde nicht aufgeben.«. Es ist ein leidenschaftliches Plädoyer für Gerechtigkeit, mehr noch: eine Botschaft der Hoffnung.

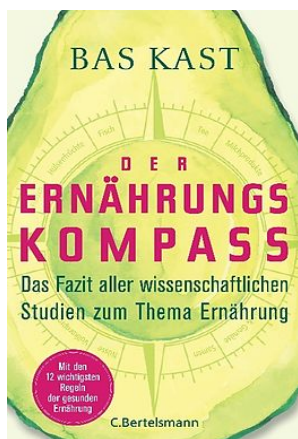
Signatur: 327



Hartmann, Kathrin
Die grüne Lüge
 240 S. – 2018
 Verlag: Blessing

Alles öko, oder was? Kein Massenprodukt, keine Dienstleistung gibt es mehr, die nicht auch in «bio», als «fair» oder «nachhaltig» angeboten würde. Die Autorin geht den Versprechungen der Industrie auf den Grund. Gleichzeitig verleiht sie dem lokalen Widerstand, der sich dort regt, eine kraftvolle Stimme.

Signatur: 502.7



Kast, Bas

Der Ernährungs Kompass

Das Fazit aller wissenschaftlichen Studien zum Thema Ernährung

320 S. – 2018

Verlag: Bertelsmann

Als der Wissenschaftsjournalist Bas Kast gerade 40-jährig mit Schmerzen in der Brust zusammenbrach, stellte sich ihm eine existenzielle Frage: Hatte er mit Junkfood seine Gesundheit ruiniert? Er nahm sich vor, seine Ernährung radikal umzustellen, um sich selbst zu heilen. Doch was ist wirklich gesund? Eine mehrjährige Entdeckungsreise in die aktuelle Alters- und Ernährungsforschung begann. Was essen besonders langlebige Völker? Wie nimmt man effizient ab? Lassen sich typische Altersleiden vermeiden? Kann man sich mit bestimmten Nahrungsmitteln "jung essen"? Vieles, was wir für gesunde Ernährung halten, kann uns sogar schaden.

Signatur: 613.2



Müller, Astrid Wölfling, Klaus Müller, Kai

Verhaltenssüchte – Pathologisches Kaufen, Spielsucht und Internetsucht

94 S. – 2018

Verlag: Hogrefe

Der Band beschreibt die Besonderheiten der drei Verhaltenssüchte, informiert über den Verlauf der Störungen, gibt differenzial-diagnostische Hinweise und liefert einen Überblick über diagnostische Verfahren und Dokumentationshilfen.

Signatur: 613.8



Dr.med. Nehls, Michael

Die Formel gegen Alzheimer

192 S. – 2018

Verlag: Heyne

Das kompakte Praxisbuch für ein Leben ohne Alzheimer für Betroffene, Angehörige und für alle, die rechtzeitig vorbeugen wollen. Dr. med. Michael Nehls klärt auf über die Ursachen dieser Zivilisationskrankheit und zeigt, wie man sich mithilfe seiner Formel gegen Alzheimer nicht nur vor Alzheimer schützen, sondern in einer frühen Phase sogar geheilt werden kann. Entscheidend sind vier einfache Faktoren: genügend Schlaf, ausreichend Bewegung, gute soziale Kontakte und eine gehirngesunde Ernährung.

Mit vielen hilfreichen Empfehlungen und Rezepten - übersichtlich, leicht verständlich, überzeugend!

Signatur: 616.02