Neuzugänge der 34. Woche

Romane und Erzählungen:

R 11
Armentrout, Jennifer L.:
Funkelnde Gnade
Trinity ist immer noch mitgenommen von der letzten Schlacht, bei der sie Zayne fast für alle Zeiten verloren hätte. Aber ihr geliebter Beschützer ist nicht mehr der, der er mal war. Er ist nicht nur plötzlich im Besitz der Gnade, sondern er erinnert sich auch nicht mehr an Trinity und an die tiefen Gefühle, die er einst für sie empfunden hat. Das besondere Band zwischen ihr und Zayne scheint für immer zerstört zu sein. Dabei braucht sie Zayne jetzt an ihrer Seite, um die düsteren Pläne des »Boten« zu vereiteln. *IK: Fantasy*

R 11
Bach, Tabea:
Sonne über dem Salzgarten : Roman
Die erfolgreiche, aber gestresste Sterneköchin Julia will ihren Neffen eigentlich nur kurz auf die kanarische Insel La Palma begleiten. Doch dann entdeckt sie über einer wildromantischen Bucht eine alte Finca, die sie sofort verzaubert. Könnte sie sich hier ihren Traum von einem kleinen Restaurant am Meer erfüllen? Es scheint sich perfekt zu fügen, dass am Fuße der Klippe ein Salzgarten liegt, der in Familientradition von dem attraktiven Álvaro betrieben wird. Julia verliebt sich auf den ersten Blick in ihn, und auch er ist ihr sehr zugetan… *IK: Frauen*

R 11
Janz, Tanja:
Willkommen in St. Peter-(M)Ording : ein Küstenkrimi
Ilva Feddersen ist gerade wieder zurück in ihre Heimat gezogen, um ihre Stelle als Lehrerin im Nordseeinternat anzutreten, da liegt plötzlich ein Toter in den Dünen: Hagen Westermann, Architekt eines umstrittenen Hotelprojektes in Deutschlands schönstem Küstenort, war kein beliebter Mann – aber wer wird ihn deshalb gleich umbringen? Dass der Tote in ein Protestbanner gegen den Hotelneubau gewickelt ist, lenkt den Fokus der Polizei auf die Umweltschutzszene. Ilva bleibt nichts anderes übrig, als selbst zu ermitteln… *IK: Krimi*

R 11
Keweritsch, Katja:
Die wundersame Reise der Bienen : Roman
Anna hat ihren Urlaub an der sonnigen Côte d'Azur gerade beendet und will zurück nach Hamburg reisen. Als sich die Türen des Flugzeugs schließen, hat sie eine Panikattacke und verlässt fluchtartig die Maschine. Wie soll sie jetzt nach Hause kommen? Schließlich registriert sie sich bei der Mitfahrzentrale - und lernt Harm kennen. Er ist auf dem Rückweg von Südfrankreich nach Kiel. In seinem Gepäck: Bienenköniginnen. Er nimmt Anna mit und gemeinsam machen sie sich auf zu einem emotionalen Roadtrip, der völlig anders endet als erwartet.

R 11
Peters, Katharina:
Bornholmer Flucht : Kriminalroman
Sarah Pirohl, eine ehemalige Polizistin, hat sich nach Bornholm zurückgezogen. Aber auch hier findet sie keine Ruhe. Als sie nach einem Aufenthalt aus Deutschland zurückkehrt, ist ihr Freund, ein dänischer Journalist, verschwunden. Ist Frederik, der sich oft mit brisanten Fällen befasst, entführt worden? Am nächsten Tag wird in einem ausgebrannten Auto eine Leiche

gefunden. Es ist nicht Frederik, doch wer ist der Tote? Und was hat Frederik mit alldem zu tun? *IK: Krimi*

R 11
Rehn, Heidi:
Vor Frauen wird gewarnt : Vicky Baum - eine Frau auf dem Weg nach oben. Roman
Sie war in den Zwanziger Jahren das, was man eine emanzipierte Frau nennt, und damit eine Pionierin ihrer Zeit. Ihr Roman „Menschen im Hotel“ war ein Bestseller, der Vicki Baum schlagartig zum Star der Unterhaltungsliteratur machte. Sie wurde zur Verkörperung der Karrierefrau, ein Begriff, der damals durchaus positiv besetzt war,und von ihren Leserinnen verehrt und um ihre Eigenständigkeit beneidet. Doch wie sah die Frau hinter der glänzenden Fassade aus? *IK: Biografie*

R 11
Schweikert, Ulrike:
Tränenpalast : Roman
Zusammen sind sie in Berlin aufgewachsen: die Freunde Robert, Johannes, Ilse und Ella. Bis der Krieg sie trennte. Nun herrscht Frieden, doch die Wunden sind tief. Auch der Bahnhof Friedrichstraße wurde teilweise zerstört. In einer zunehmend geteilten Stadt wird der Zusammenhalt wichtiger als je zuvor. Und ausgerechnet der Bahnhof Friedrichstraße mit dem angrenzenden Tränenpalast wird zum Symbol der deutsch-deutschen Trennung.
IK: Familienchronik

R 11
Skeslien Charles, Janet:
Eine Bibliothek in Paris : Roman
Paris, 1939. Für Odile geht ein Traum in Erfüllung: Sie hat eine Anstellung an der renommierten Amerikanischen Bibliothek in Paris erhalten. Große literarische Werke in Händen halten und dabei den Duft alter Buchseiten einatmen – etwas Schöneres kann sich die Französin nicht vorstellen. Als die Nazis jedoch in Paris einmarschieren, droht Odile alles zu verlieren, was ihr lieb ist. Auch ihre Bibliothek. Gemeinsam mit einigen Mitarbeitern schließt sie sich dem Widerstand an und kämpft mit den besten Waffen, die ihr zu Verfügung stehen: Büchern. Doch dann unterläuft Odile ein fataler Fehler … *IK: Historisches*

Sach- und Fachliteratur:

O 521
Brennan, Sabina:
In 100 Tagen zu einem jüngeren Gehirn : Gedächtnis stärken, Konzentration verbessern und Demenz verhindern
Wenn Gedächtnisleistung und Konzentrationsfähigkeit mit den Jahren nachlassen, fühlen wir uns dem natürlichen Alterungsprozess oft hilflos ausgesetzt. Dabei können wir selbst viel dafür tun, um im Kopf jung zu bleiben und Demenzerkrankungen vorzubeugen. Die renommierte Neurowissenschaftlerin und Demenzforscherin Dr. Sabina Brennan erklärt auf verständliche Weise, wie wir über die Lebensstilfaktoren Schlaf, Ernährung und Bewegung positiv auf unsere Gehirngesundheit einwirken können.

F 123.1
Brückner, Susann:
Endlich. : über Trauer reden
Trauer hat ein schlechtes Image. Zu Unrecht! Trauer ist ein Prozess, durch den wir lernen, mit unseren Verlusten zu leben. Susann Brückner und Caroline Kraft zeigen, wie unterschiedlich

wir trauern, und entlarven weitverbreitete Irrtümer darüber, was passiert, wenn ein geliebter Mensch stirbt. Denn Trauer ist nicht das, wofür sie gehalten wird. Sie kennt keine Regeln, aber sie ist gestaltbar. Sie tut weh, aber sie ist wertvoll. Höchste Zeit, dass wir anfangen, Geschichten über das Trauern zu erzählen.

X 211.1
Frauenberger, Herbert:
Kulinarische Wanderung am Rennsteig
Das ungewöhnliche Jahr 2020 brachte den Thüringer Koch Herbert Frauenberger mal wieder zurück an einen Kindheitsort – auf den berühmten Wanderweg Rennsteig. Und beim Wandern auf altbekannten Pfaden entsann er sich so einiger Spezialitäten, die es einst links und rechts des Weges zu verkosten gab. An diese Traditionsgerichte nach anstrengender Wanderung möchte er mit diesem Buch erinnern und sie zurück auf Gaststätten- und Küchentische bringen.

O 465.1
Hirsch, Henning:
Raus aus dem Rausch : Gebrauchsanweisung, um vom Alkohol wegzukommen ; ein Erfahrungsratgeber
Der Alkohol zerstörte das Leben von Henning Hirsch: Er verlor durch das Trinken seine Firma, die Familie, wurde obdachlos und schwebte am Ende in Lebensgefahr, als er mit knapp sechs Promille ins Krankenhaus eingeliefert wurde. Heute ist Henning Hirsch trockener Alkoholiker. In seinem Ratgeber erklärt er, warum wir trinken und welche körperlichen und seelischen Folgen Alkoholismus hat. Außerdem stellt er einen Zehn-Stufen-Plan vor, mit dem er selbst dem Alkohol entkommen ist.

O 613.3
Kraft, Alexandra:
Das Bauchfett muss weg : richtig bewegen und ernähren - ganz ohne Diät
Vor allem im Bauchbereich ist zu viel Fettgewebe ein Gesundheitsrisiko. Denn im Gegensatz zum "harmlosen" Unterhautfettgewebe produziert das Bauchfettgewebe auch krankmachende Hormone, die hohen Blutdruck und unterschwellige Entzündungen fördern. Laut aktuellen Studien besteht sogar die Möglichkeit, dass so das Krebsrisiko steigt und das Herz gefährdet ist. Bei zu viel Bauchfett hilft keine klassische Diät. Es geht eher um Ernährungsumstellung hin zu gesünderen, unverarbeiteten Lebensmitteln, hochwertigen Speiseölen, schonenden Zubereitungsmethoden und den richtigen Essenrhythmus.

F 123
Mort, Sophie:
Anleitung für dein Leben : alles was du wissen musst, um dich selbst besser zu verstehen und glücklich zu werden
Geht es dir manchmal nicht gut, aber du weißt nicht, wer dir helfen könnte? Kämpfst du mit Gefühlen wie Unsicherheit, Angst und Einsamkeit? Fragst du dich, warum du in deinen Beziehungen immer die gleichen Fehler machst? Dann ist dieses Buch genau das Richtige für dich. Dr. Sophie Mort, Psychotherapeutin mit langjähriger Berufserfahrung, hilft dir, dich selbst besser kennenzulernen, dich so zu akzeptieren, wie du bist, und ein glückliches Leben zu führen.

C 200
Slomka, Marietta:
Nachts im Kanzleramt : Alles, was man schon immer über Politik wissen wollte
Lohnt es sich überhaupt, wählen oder demonstrieren zu gehen? Ist der Rechtsstaat gerecht?

Wer sind die wirklich Einflussreichen in Berlin? Und warum tagen Politiker oft bis in die frühen Morgenstunden? Die Vermittlung komplizierter Sachverhalte für ein breites Publikum ist Marietta Slomkas Beruf. In „Nachts im Kanzleramt“ erklärt sie unterhaltsam und gut gelaunt, wie Politik tatsächlich funktioniert. Sie nimmt ihre Leser mit auf eine Reise von den Grundlagen der Demokratie bis zu den großen Fragen der Weltpolitik und liefert dabei immer wieder praktische Beispiele, die den Politikbetrieb erklären – von Pandemiebekämpfung bis Greenwashing. Wer dieses Buch gelesen hat, ist fit für jede politische Debatte!

N 077
Spencer, David:
Alles bio - logisch?! : Die Superkräfte der Pflanzen nutzen, klimafreundliches Gemüse essen und die Welt retten
Der Autor David Spencer ist sich sicher: Wenn wir das Hightech-Wissen aus der Forschungund moderne Methoden zur Züchtung mit Öko-Landbau kombinieren, können wir zu einer grünen Landwirtschaft und klimafreundlicher Ernährung gelangen. Dafür ist es auch nötig, einen Blick auf die landwirtschaftliche Produktion und die Züchtung unserer krautigen Freunde sowie auf die Zusammensetzung unserer Speisekarte zu werfen.