






**THEMA: Muttertag**

Viva la mama! Blumen, Pralinen und ein Sonntagsfrühstück sind die Klassiker am Muttertag, aber bei uns gibt es nachhaltigere Tipps für die mitunter schönste und oft auch schwerste Aufgabe im Leben. Respekt, Anerkennung und Dankbarkeit für unsere starken Mütter!

Bestellmenge	Cover	Titeldaten	EAN	Barcode	USPs
		<b>Mascha Blankschyn</b> <u>Mom &amp; Om - Mama meditiert</u> YUNA ET: 22. November 2023 ISBN: 978-3-517-30342-0 € 14,00 [D] / € 14,40 [A] / CHF 19,90(UVP) ca. 176 Seiten	9783517303420		Neue Nische im großen Trendthema „Selbstliebe“: sehr häufig gesucht: Selbstliebe für Mamas und Selbstliebe für Kinder Kinder können Selbstliebe nur lernen, wenn sie ihnen vorgelebt wird. Dieses Buch zeigt, wie das geht. Mit vielen Übungen, die auch mit den Kindern gemeinsam gemacht werden können. Autorin Mascha Blankschyn ist Selbstliebe-Coach und gibt Achtsamkeitskurse an Schulen, ihr Instagram-Kanal „Monkeymind Meditation“ hat über 14.700 Follower
		<b>Susanne Dröber</b> <u>Das Geheimnis bewusster Mütter</u> Goldmann Taschenbuch ET: 17. April 2024 ISBN: 978-3-442-22387-9 € 13,00 [D] / € 13,40 [A] / CHF 18,50(UVP) ca. 304 Seiten	9783442223879		»Mit der Kraft der Manifestation kann jede Mutter sich ein glückliches Familienleben erschaffen.« <i>Susanne Dröber</i> , Gründerin des Podcasts »Happy little souls« Mit dem Gesetz der Anziehung und der Kraft der Manifestation kann sie sich genau das Familienleben gestalten, das sie sich wünscht. Die Autorin bringt die Community ihres Podcasts »Happy little souls« mit, der über 150.000 Downloads zählt. Moderner und pragmatischer Zugang zu Spiritualität in Kombination mit dem Familienleben. Das beliebte Gesetz der Anziehung ist im Bereich der Familie besonders mächtig, da die Wirkung sofort und unmittelbar sichtbar wird.
		<b>Helen Heinemann, Carola Kleinschmidt</b> <u>Zu erschöpft, um wütend zu sein</u> Kösel Sach-/Fachbuch ET: 25. Oktober 2023 ISBN: 978-3-466-31215-3 € 18,00 [D] / € 18,50 [A] / CHF 25,50(UVP) ca. 256 Seiten	9783466312153		Glaubwürdige, bestens vernetzte und überzeugende Autorin: Helen Heinemann schreibt als Mutter und Expertin Neuer konstruktiver und empowernder Ansatz mit konkretem „Action Plan“, der über bisherige analytische Bestandsaufnahmen hinausgeht Kleine Schritte mit großer Wirkung für Erholung, Selbstbestimmung und Lebensqualität Die Burnout-Spezialistin hat über 1.200 Mütter begleitet Trendthema Mutterschaft
		<b>Elsa Koester</b> <u>Stiefmutter sein</u> Penguin Verlag ET: 11. Oktober 2023 ISBN: 978-3-328-11047-7 € 20,00 [D] / € 20,60 [A] / CHF 27,90(UVP) ca. 304 Seiten	9783328110477		Was es bedeutet, plötzlich Stiefmutter zu sein: Schönes und Schwieriges aus dem Zusammenleben mit Bonus-Kindern Zeit für einen neuen Blick auf alte Rollenbilder: 40 Prozent aller Ehen werden geschieden, 10 Prozent aller Kinder leben in Patchworkfamilien Co-Mutterschaft als Chance zur Entlastung geforderter Eltern - das Comeback der Großfamilie Für Leserinnen von Mareice Kaiser, „Das Unwohlsein der modernen Mutter“ und Susanne Mierau, „Mutter. Sein.“
		<b>Uschi Bonaparte</b> <u>Durch den Momsun</u> Goldmann Taschenbuch ET: 21. Juni 2023 ISBN: 978-3-442-17973-2 € 16,00 [D] / € 16,50 [A] / CHF 22,50(UVP) ca. 224 Seiten	9783442179732		»Mom of 3   Great Lover   Awful Wifex Uschi Bonaparte Ungeschönte Erlebnisberichte aus dem Wochenbett, der Neo-Intensivstation, aus Kita und KiGa. Uschi Bonaparte ist Dreifachmama mit starker Instagram-Community (14 200 Follower Stand Juni 2022). Schonungslos ehrlich, herzerwärmend offen – Alles, was Mütter brauchen. Eine Schulter zum Anlehnen, Lachkrämpfe bis der Beckenboden brennt und eine feste Umarmung - eine Freundin in Buchform.
		<b>Annika Röslér, Evelyn Höllrigl Tschalkner</b> <u>Mythos Mutterinstinkt</u> Kösel Sach-/Fachbuch ET: 11. Mai 2023 ISBN: 978-3-466-31202-3 € 18,00 [D] / € 18,50 [A] / CHF 25,50(UVP) ca. 240 Seiten	9783466312023		Bahnbrechende Erkenntnisse über eine bislang kaum erforschte Lebensphase Empowerndes Wissen, um Mütter von Schuldzuweisungen, Scham und defizitären Gefühlen zu befreien Trendthema Muttertät Entlastung für Frauen, die nach der Geburt mit ihrem neuen Ich hadern Klug und unterhaltsam geschrieben
		<b>Anne Dittmann</b> <u>solo, selbst &amp; ständig</u> Kösel Sach-/Fachbuch ET: 26. April 2023 ISBN: 978-3-466-31204-7 € 18,00 [D] / € 18,50 [A] / CHF 25,50(UVP) ca. 240 Seiten	9783466312047		Reichweitenstarke, bestens vernetzte und meinungsstarke Autorin Positiver, bestärkender und Mut machender Ansatz Ca. 2,6 Mio. Alleinerziehende in Deutschland, davon 88,7 Prozent Mütter Interviews mit Michèle Loetzner, Hilal Virit, Birgit Happel, Sandra Runge, Patricia Cammarata und Jennifer Sutholt

Bestellmenge	Cover	Titeldaten	EAN	Barcode	USPs
		<b>Barbara Bleisch, Andrea Büchler</b> <u>Kinder wollen</u> btb Taschenbuch ET: 15. März 2023 ISBN: 978-3-442-77127-1 € 12,00 [D] / € 12,40 [A] / CHF 17,50(UVP) ca. 304 Seiten	9783442771271		Kinder zu bekommen ist heute keine Frage des Schicksals mehr – Was bedeutet das für uns? Gibt es richtige und falsche Eltern für Kinder? Wo wird Reproduktionsmedizin unmoralisch? Soll man überhaupt Kinder in diese Welt setzen? Diese gesellschaftlichen Debatten gehen jeden an. Eine augenöffnende Reihe an Argumenten für alle, die vor der Entscheidung für oder gegen eigene Kinder stehen. Eine Lizenz aus dem Hanser Verlag.
		<b>Orna Donath</b> <u>#regretting motherhood</u> Penguin Verlag ET: 15. März 2023 ISBN: 978-3-328-10970-9 € 14,00 [D] / € 14,40 [A] / CHF 19,90(UVP) ca. 272 Seiten	9783328109709		Darf man es bereuen, Mutter zu sein? Der Longseller der wegweisenden Autorin Orna Donath jetzt im Taschenbuch #regretting motherhood – die Studie der renommierten Soziologin sorgte weltweit für Aufsehen »Vielleicht besteht darin der größte Verdienst dieses Buches, Frauen deutlich zu machen, dass sie auch ohne Kinder in dieser Gesellschaft willkommen sind.« Deutschlandfunk Kultur
		<b>Dr. Birgit Happel</b> <u>Auf Kosten der Mütter</u> Kösel Sach-/Fachbuch ET: 01. März 2023 ISBN: 978-3-466-31193-4 € 18,00 [D] / € 18,50 [A] / CHF 25,50(UVP) ca. 256 Seiten	9783466311934		Wichtige Impulse speziell für Mütter Hilft, psychologische und strukturelle Hürden zu erkennen und zu überwinden Enger Bezug zum Trendthema Mental Load Engagierte Autorin mit hoher Absenderkompetenz
		<b>Heike Abidi, Lucinde Hutzenlaub</b> <u>Ich dachte, zu zweit muss man nicht alles selber machen</u> Penguin Verlag ET: 11. Januar 2023 ISBN: 978-3-328-10835-1 € 11,00 [D] / € 11,40 [A] / CHF 15,90(UVP) ca. 256 Seiten	9783328108351		Das Bestsellerduo über die grundlegenden Fragen moderner Partnerschaft: Wer macht was und haben beide an alles gedacht? Humorvolle Entlastung vom stressigen Familienalltag: gewohnt treffend, witzig und anekdotenreich Autorinnen stehen für Veranstaltungen zur Verfügung
		<b>Professor Dr. Ludwig Spätling, Helmut Flecks</b> <u>Glücklich als Paar, glücklich als Familie</u> Goldmann Taschenbuch ET: 18. Januar 2023 ISBN: 978-3-442-17965-7 € 13,00 [D] / € 13,40 [A] / CHF 18,50(UVP) ca. 208 Seiten	9783442179657		»Liebende brauchen Beziehungswissen!« <i>Ludwig Spätling und Helmut Flecks</i> Alltagserprobter Ratgeber mit zahlreichen Fallbeispielen und Gesprächsleitfäden. Großes Expertenwissen: Die Autoren geben Seminare für Familien und Paare. Für alle Bereiche des Familienlebens: gemeinsam reden, lieben, essen, erziehen, arbeiten und leben. »Familienwissen macht Eltern und Kinder gelassen, glücklich und gesund.« <i>Ludwig Spätling und Helmut Flecks, Gründer Deutsche Familienstiftung</i>
		<b>Dr. Reinhard K. Sprenger</b> <u>Elternjahre</u> Deutsche Verlags-Anstalt ET: 19. Oktober 2022 ISBN: 978-3-421-07000-5 € 25,00 [D] / € 25,70 [A] / CHF 34,50(UVP) ca. 320 Seiten	9783421070005		Endlich ein Buch über Erziehung, das offen über die Ängste und Wünsche von Eltern spricht. Für alle, die im Familienalltag mehr sein wollen als „Nur-noch-Eltern“. Der Bestseller-Autor Reinhard K. Sprenger weiß, wie Eltern ticken und ist selbst vierfacher Vater.
		<b>Nora Winter</b> <u>Wie man Kinder und trotzdem was vom Leben hat</u> Goldmann Taschenbuch ET: 14. September 2022 ISBN: 978-3-442-17956-5 € 11,00 [D] / € 11,40 [A] / CHF 15,90(UVP) ca. 128 Seiten	9783442179565		Überlebenstipps für den Alltag mit Kindern. Wie man den Kindern gerecht wird und selbst dabei nicht zu kurz kommt. Familienglück statt Dauerstress. Mehr Zeit für Eltern – und für Kinder. So klappt's! Praxistipps für ein entspanntes Familienleben, das Eltern UND Kinder genießen. ((Kernbotschaft))