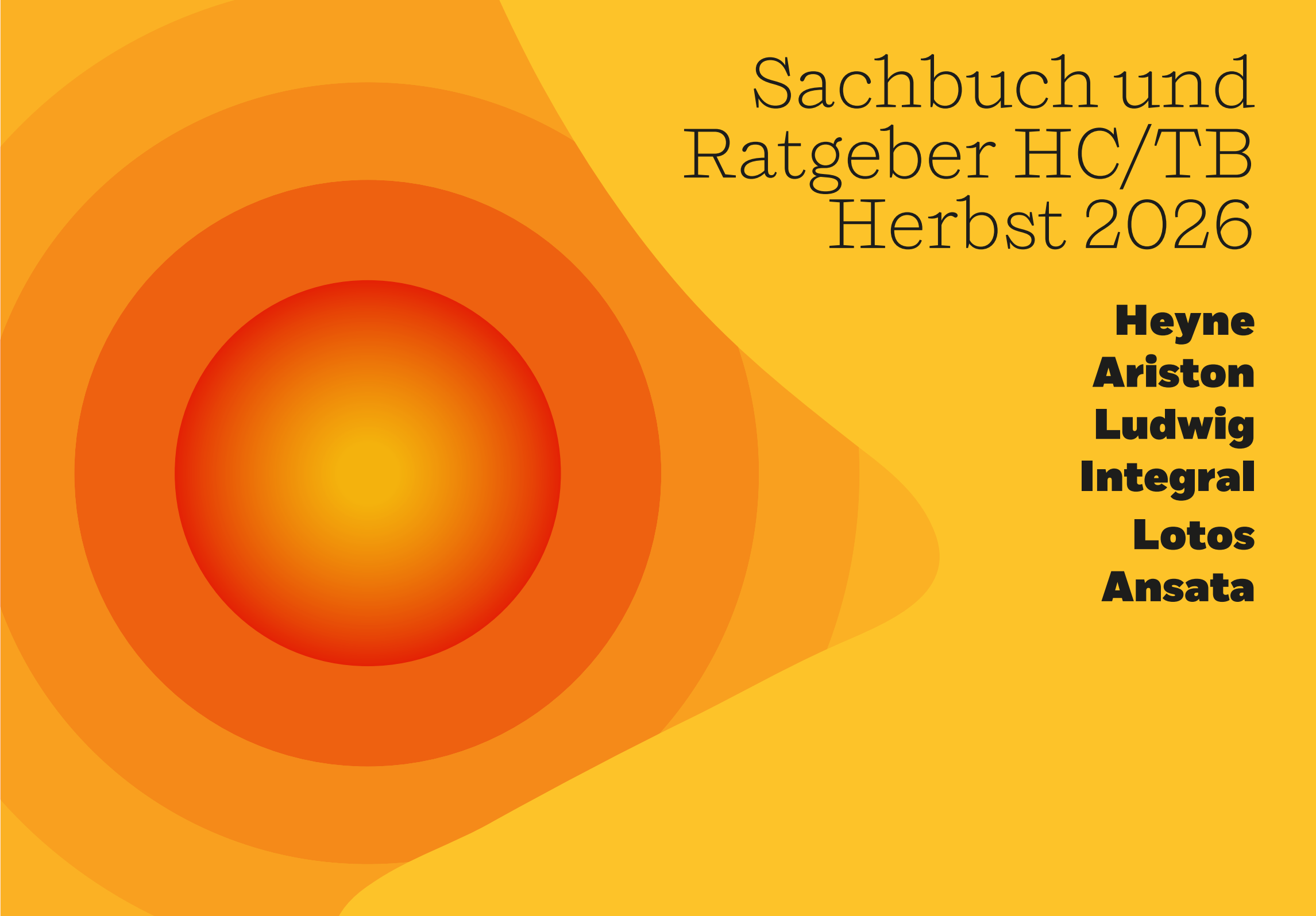


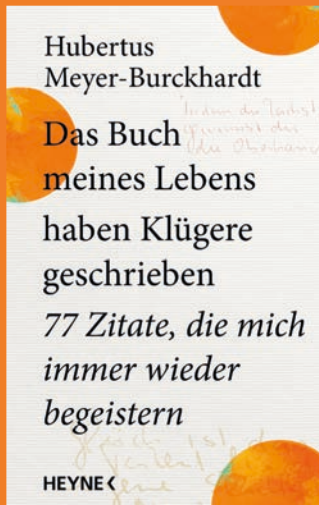


Sachbuch und Ratgeber HC/TB Herbst 2026

Heyne
Ariston
Ludwig
Integral
Lotos
Ansata



Unsere Highlights Herbst 2026



Seite 6



Seite 10



Seite 14



Seite 17



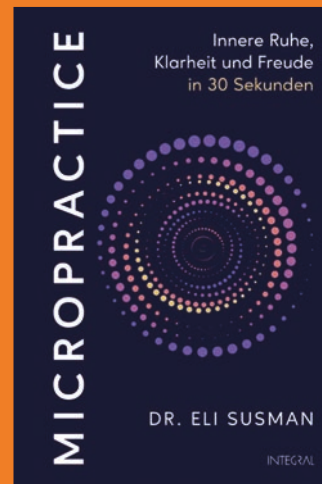
Seite 19



Seite 24



Seite 46



Seite 57



Seite 70



Seite 77

Heyne HC 5

Heyne TB 23

Ludwig 44

Ariston 45

Integral | **Lotos** | **Ansata** 55

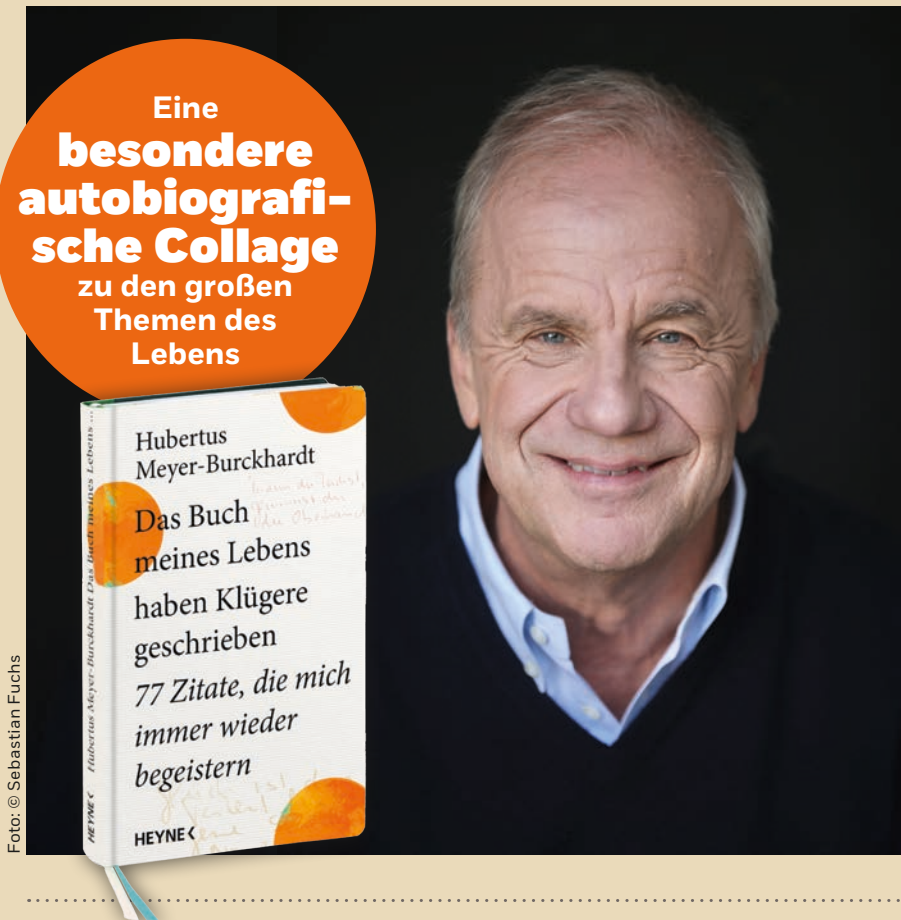
Heyne TB | **Körper, Geist und Seele** 69

Hardcover

HEYNE <

Spitzentitel-Marketing

für den sympathischen Moderator und Bestseller-Autor



Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:



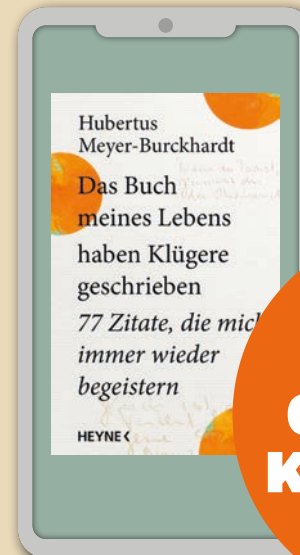
Social Media



Website/Newsletter

Online-Werbung:

- Native Ads über outbrain
- Meta Ads
- Google Demand Gen



Ziel-
gruppengenaue
**Multi-
Channel-
Kampagne**
mit Millionen-
reichweite



Printwerbung:

Anzeigen in GALORE,
BÜCHER, buchjournal,
Lesezirkel-Titelseite (Magazine
u. a.: BUNTE, Gala, Freizeit
Revue, Frau im Spiegel,
Bild der Frau)

Referenztitel



Hubertus Meyer-Burckhardt
"Die Sonne scheint immer. Für die Wolken kann ich nichts."
 Hardcover 22,00 € [D]
 ET: 26.03.25

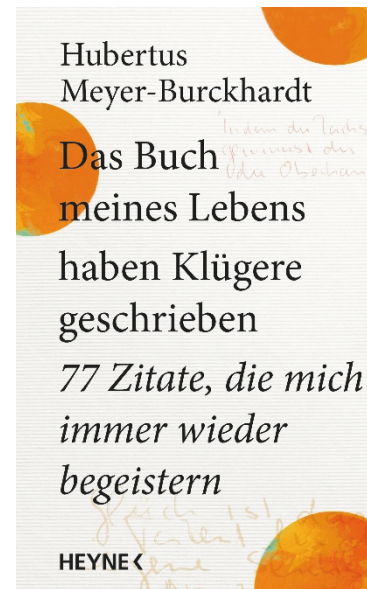


Urheber



© Sebastian Fuchs

Hubertus Meyer-Burckhardt, 1956 in Kassel geboren, betrat bereits im Alter von 15 Jahren die Bühne des dortigen Staatstheaters. Seitdem wusste er, dass er einmal »irgendetwas mit Unterhaltung« machen wollte, und besuchte die Hochschule für Fernsehen und Film in München. Er gewann zahlreiche Preise als TV-Produzent, verbrachte einige Jahre im Vorstand von Axel Springer sowie von ProSiebenSat.1Media und hatte eine Professur an der Hamburg Media School inne. Einem Millionenpublikum ist er als Gastgeber der »NDR Talk Show« bekannt. 2021 erschien sein SPIEGEL-Bestseller *Diese ganze Scheiße mit der Zeit: Meine Entdeckung des Jetzt* und 2025 *Die Sonne scheint immer. Für die Wolken kann ich nichts*. Meyer-Burckhardt lebt in Hamburg.



August 2026

- **Das neue Buch des Bestseller-Autors. Ein wunderbares Geschenkbuch für Fans von Hubertus Meyer-Burckhardt**
- **Eine wahre Schatzgrube für alle, die Spaß daran haben, durch ganz verschiedenen Wissenswelten zu bummeln**
- **„Wir haben alle zwei Leben. Das zweite beginnt, wenn du begriffen hast, dass du nur eins hast.“**
Thomas Hiddleston

EMPFEHLUNGSTITEL

Es ist klein, schwarz mit roten Ecken und an den Kanten löst es sich zum Teil schon auf: Ein Notizbuch, das Hubertus Meyer-Burckhardt seit seiner Jugend begleitet - es ist das Buch seines Lebens. Er notiert darin Sätze und Zitate, in die er sich verliebt hat. Gedanken, die ihn inspirierten, ihn durch schwere Zeiten getragen und glücklich gemacht haben – und es immer noch tun. Sätze, von denen er das Gefühl hatte, sie sind gut fürs Leben, die muss man sich merken und aufschreiben, sonst gehen sie verloren. Das wäre tragisch, denn die richtigen Gedanken zur richtigen Zeit verändern vieles ... In bibliophiler Ausstattung versammelt *Das Buch meines Lebens* die schönsten Zitate aus der Schatzkiste des Gastgebers der »NDR Talk Show«, zum Teil in faksimilierter Form. Zusammen mit persönlichen Kommentaren, Anekdoten und Einordnungen des Autors entsteht so eine einzigartige, ganz besondere autobiografische Collage zu den großen Themen Liebe, Verlust, Freundschaft und die Frage nach dem Sinn unserer Existenz: ein Vademecum für alle Lebenslagen ...

Das Buch meines Lebens
 von Hubertus Meyer-Burckhardt

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 26.08.2026

€ (D) 20,00 / € (A) 20,60 / CHF 28,50

ca. 160 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm

Hardcover, Geb. mit SU, Lesebändchen

WG: 1973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/
 Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-21925-0



Referenztitel



Ozzy Osbourne
Last Rites
Hardcover 24,00 € [D]
ET: 15.10.25



Brian Johnson
Die Leben des Brian
Hardcover 25,00 € [D]
ET: 26.10.22



Urheber



© Chris Floyd

Ian Leslie ist ein britischer Autor und Essayist. Er schreibt regelmäßig für renommierte Publikationen wie die *New York Times*, die *Financial Times* und den *Economist*. Seine Bücher, darunter *Born Liars*, *Curious* und *How To Disagree*, beschäftigen sich mit den Rätseln menschlichen Verhaltens und verbinden fundierte Recherche mit erzählerischem Feingefühl. Ian Leslie lebt in London.

August 2026



- **Der *Sunday Times*- und *New York Times*-Bestseller** – von Kritikern rund um die Welt euphorisch gelobt
- »Es ist unglaublich. Ein fantastisches Buch. Und es hat mir das Herz gebrochen.« *Ethan Hawke*
- »Das bewegendste und aufschlussreichste Buch über Lennon und McCartney, das ich je gelesen habe. So fröhlich, so traurig.« *Tom Holland*
- »Ein Meisterwerk.« *Dylan Jones, Evening Standard*

EMPFEHLUNGSTITEL

Die Beatles veränderten in den 1960er-Jahren die Welt – und bis heute entdecken neue Generationen ihre Songs und ihre Geschichte aufs Neue. Im Zentrum standen vor allem zwei: John Lennon und Paul McCartney. Kaum ein anderes kreatives Duo war so stark geprägt von einer tiefen, intensiven und oft komplizierten Freundschaft.

Die Beziehung zwischen John und Paul war vielschichtig: leidenschaftlich, zärtlich, aber auch aufgewühlt – voller Sehnsucht und nicht selten von Eifersucht durchzogen. Der britische Journalist Ian Leslie erzählt die Geschichte dieser außergewöhnlichen Beziehung – von den ersten gemeinsamen Songs über den weltweiten Ruhm bis hin zu den Jahren nach der Trennung der Beatles. Mithilfe neu veröffentlichter Aufnahmen und Filmmaterial eröffnet er einen frischen, persönlichen Blick auf zwei der größten Ikonen der Musikgeschichte – und beleuchtet dabei auch, was kreative Zusammenarbeit und menschliche Nähe wirklich bedeuten.

Ein absolutes Muss für alle Beatles Fans.

John & Paul

von Ian Leslie
Übersetzer: Conny Lösch

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 26.08.2026

€ (D) 26,00 / € (A) 26,80 / CHF 35,90

ca. 496 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm
Hardcover, Geb. mit SU, 16-seitiger Bildteil, s/w und 4C
WG: 1961 Sachbücher/Musik, Film, Theater/Biographien, Autobiographien

ISBN/GTIN: 978-3-453-21917-5



Referenztitel



Jan Solwyn
An der Grenze
Paperback 20,00 € [D]
ET: 26.03.25



9 783453 219021

Urheber



© Angela García Zapata

Jan Solwyn trat 2009 in den gehobenen Dienst der Bundespolizei ein. 2016-2024 versah er seinen Dienst bei den spezialisierten Kräften der Bundesbereitschaftspolizei für Auslandseinsätze. Er war u.a. für die Europäische Grenzschutzagentur Frontex und die Europäische Union in der Ukraine und im Nahen Osten im Einsatz. Im Januar 2024 quittierte er auf eigenen Wunsch den Dienst bei der Bundespolizei und lebt seitdem in Israel. Er studierte Politisch-Historische Studien in Bonn; seine Masterarbeit über die historischen Ursachen des Russisch-Ukrainischen Krieges wurde in der BestMasters Reihe (Springer VS) veröffentlicht. Er ist ein gefragter Experte für Migrations- und Sicherheitspolitik; sein 2025 erschienenes Debut »An der Grenze« (Heyne) war ein Spiegel Bestseller.



Paperback

August 2026

- Bestsellerautor Jan Solwyn ist ehemaliger Bundespolizist und Frontex-Einsatzleiter an Europas Brennpunkten, seine Analysen basieren auf Insider- und Expertenwissen
- Warum die europäische Asylpolitik die politische Stabilität und Sicherheit bedroht – und was konkrete Reformansätze sein könnten
- Faktenbasiert, praxisnah, hochaktuell — für alle, die Orientierung in der Migrationsdebatte suchen

PRESSESCHWERPUNKT

Ein Insider lenkt das Spotlight auf das, was an unseren Grenzen wirklich passiert. Wie stark gefährdet die aktuelle Asylpolitik die politische und gesellschaftliche Stabilität in Deutschland und Europa? Jan Solwyn, ehemaliger Bundespolizist mit 15 Jahren Einsatzerfahrung im In- und Ausland, erklärt die Ursachen des Kontrollverlusts und die gefährlichen Folgen für die innere Sicherheit, den öffentlichen Debattenraum und für unsere Demokratie. Wie funktioniert das komplexe deutsche und europäische Asylsystem? Wo liegen seine Schwächen? Welche Narrative hat die Migrationskrise hervorgebracht und warum halten viele davon keiner Überprüfung stand? Warum mussten die bisherigen Reformen scheitern, und was könnte man jetzt tun? Für Leser, die Orientierung in der Migrationsdebatte suchen und verstehen wollen, wie Europa seine Einheit bewahren kann.

Europa zerbricht an seinen Grenzen
von Jan Solwyn

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 26.08.2026

€ (D) 20,00 / € (A) 20,60 / CHF 28,50

ca. 256 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Quality Paperback, Klappenbroschur

WG: 1973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-21932-8



9 783453 219328



Pressestimmen zum erfolgreichen Vorgängertitel „Es ist 5 vor 1933“ von Philipp Ruch:

»Der Gründer des Zentrums für politische Schönheit arbeitet in seinem Buch „Es ist 5 vor 1933“ heraus, wie ähnlich die AfD der NSDAP ist.« (*Frankfurter Rundschau*, 26.08.2024)

»Am überzeugendsten und tatsächlich erschreckendsten ist das Buch da, wo es in die Rhetorik von AfD-Politikern einsteigt, das ständige Mitschwingen von Gewaltdrohungen herausarbeitet.«

(*Die WELT*, 30.07.2024)

»Ein zorniges Buch (...) Eine Machtübernahme durch die AfD (...) – mit allem Schrecken, mit allem Horror. Das ist drohend und dröhnend, quälend und gellend.« (Heribert Prantl, 08.09.2024)

Referenztitel



Philipp Ruch
Es ist 5 vor 1933
Quality Paperback 16,00 € [D]
ET: 24.07.24



Urheber

Philipp Ruch, geboren 1981, ist der Gründer und künstlerische Leiter des »Zentrums für Politische Schönheit«, mit dem er sich in spektakulären und radikalen Aktionen seit Jahren gegen Rechtsextremismus und für Menschenrechte einsetzt. Philipp Ruch studierte politische Philosophie und Ideengeschichte und promovierte bei dem renommierten Politikwissenschaftler Prof. Herfried Münkler an der Humboldt-Universität zu Berlin. Bei Heyne erschienen von ihm »Wenn nicht wir, wer dann?« und die SPIEGEL-Bestseller »Schluss mit der Geduld« und »Es ist 5 vor 1933«.



August 2026

- Ein Weckruf aus der Geschichte für die Gegenwart – von Historiker und Bestsellerautor Philipp Ruch
- Der Erfolg der NSDAP entschlüsselt: Was die Wähler damals verführt hat, was sich Rechtsextreme heute davon anschauen – und was passieren muss, damit sich Geschichte nicht wiederholt
- "Es ist 5 vor 1933" stand auf Platz 5 der Bestsellerliste und hielt sich über 30 Wochen in den Top 20

14. September 1930 – ein Teil der Deutschen ist entsetzt, doch der andere jubelt: In nur zwei Jahren hat die NSDAP ihre Wahlergebnisse mehr als verachtfacht und ist jetzt zweitstärkste Kraft im Parlament. Wie konnte das passieren? Wirtschaftskrise, Propaganda, Arbeitslosigkeit? Alles bekannte Antworten, aber nichts davon ist eine wirkliche Erklärung. Am 23. Februar 2025 geht ein ähnlicher Schock durch die deutsche Bevölkerung, als die AfD mit mehr als 20 Prozent in den Bundestag einzieht – und der Zuspruch steigt stetig. Bestsellerautor und Politikaktivist Philipp Ruch blickt auf Hitlers ersten Triumph zurück und zeigt, wie der Nationalsozialismus den Sprung von unwählbar zur Massenpartei schaffen konnte. Warum verführte die NSDAP plötzlich so viele Menschen? Welche Versprechungen waren derart unwiderstehlich? Und wie vermeiden wir, dass wir – keine 100 Jahre später – erneut darauf hereinfallen?

Der Rückfall
von Philipp Ruch

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 26.08.2026

€ (D) 22,00 / € (A) 22,70 / CHF 30,90

ca. 320 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm

Hardcover, Geb. mit SU

WG: 1973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-21924-3



Referenztitel



Hans-Jürgen Papier
Freiheit in Gefahr
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 20.09.21



9 783453 218161



Hans-Jürgen Papier
Die Warnung
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 04.11.19



9 783453 207257

Urheber



© Kay Blaschke / Random House

Prof. em. Dr. Dres. h.c. Hans-Jürgen Papier wurde im Februar 1998 zum Vizepräsidenten und im April 2002 zum Präsidenten des Bundesverfassungsgerichts ernannt. Wegweisend in seiner Amtszeit war unter anderem das Urteil gegen die Vorratsdatenspeicherung – ein weitreichender Richterspruch zum Schutz der Freiheitsgarantien der Bürger. Nach 12 Jahren schied Prof. Papier 2010 aus dem Bundesverfassungsgericht aus und nahm seine frühere Tätigkeit als Professor an der Ludwig-Maximilians-Universität in München wieder in vollem Umfang auf. Seit 2011 ist er emeritiert und war bis zum Jahr 2023 in der Lehre tätig.

August 2026



- Das wegweisende Buch zum 75. Jubiläum des Bundesverfassungsgerichts von einem seiner prominentesten Vertreter
- Anhand von zehn Thesen – von Meinungsfreiheit und Klimaschutz bis Wahlrecht und Asyl – veranschaulicht Papier, wie das Bundesverfassungsgericht unsere Grundrechte selbst in Krisenzeiten verteidigt
- Der ehemalige Präsident des BVerfG zeigt, welche zentrale Rolle die Institution für unsere Demokratie spielt und warum wir ihre Unabhängigkeit heute mehr denn je schützen müssen

Das Vertrauen in die Demokratie und ihre Institutionen bröckelt: Nur noch die Hälfte der Bürger glaubt, dass sich die großen Herausforderungen unserer Zeit unter demokratischen Bedingungen lösen lassen. In diesem Klima wächst der Einfluss populistischer Kräfte – und mit ihm die Gefahr für die Stabilität von Demokratie und Rechtsstaat.

Hans-Jürgen Papier, ehemaliger Präsident des Bundesverfassungsgerichts, zeigt, welche zentrale Rolle das Gericht als Garant für Freiheit und Demokratie spielt und warum seine Stellung und Unabhängigkeit heute mehr denn je geschützt werden müssen. Anhand prägnanter Entscheidungen und aktueller Konflikte verdeutlicht er, wie unverzichtbar das Bundesverfassungsgericht für den Schutz der Grundrechte und der Demokratie ist – auch und gerade in Krisenzeiten.

Unantastbar
von Hans-Jürgen Papier

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 19.08.2026

€ (D) 22,00 / € (A) 22,70 / CHF 30,90

ca. 176 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm

Hardcover, Geb. mit SU

WG: 1973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/
Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-21930-4



9 783453 219304

Referenztitel



Michael Steinberger
Der Unsichtbare
Hardcover 26,00 € [D]
ET: 05.11.25



Anne Applebaum
Die Achse der Autokraten
Hardcover 26,00 € [D]
ET: 10.10.24



Urheber

Dr. David Karpa ist Postdoktorand an der TUM School of Social Sciences and Technology der Technischen Universität München. Als angewandter Ökonom forscht er zur politischen Ökonomie digitaler und automatisierter Governance und untersucht, wie politische und wirtschaftliche Institutionen mit technologischem Wandel interagieren. Ein Schwerpunkt seiner Arbeit liegt auf algorithmischer Steuerung und der Frage, wie Bürger solche Systeme aufnehmen und bewerten.

Prof. Michael Rochlitz ist Associate Professor an der Universität Oxford. Als Politikökonom untersucht er die Wechselwirkungen zwischen politischen Institutionen, wirtschaftlicher Entwicklung und gesellschaftlichem Wandel, mit einem besonderen Fokus auf Russland, die ehemalige Sowjetunion und China. In seiner aktuellen Forschung analysiert er, wie künstliche Intelligenz und neue Überwachungstechnologien autokratischen Regimen neue Möglichkeiten zur politischen Kontrolle eröffnen.



Paperback

Oktober 2026

- Warum wir jetzt handeln müssen, bevor der Überwachungsstaat Realität wird – konkrete Lösungen, um Freiheit und Demokratie im digitalen Zeitalter zu bewahren
- Eine schonungslose Analyse basierend auf internationalen Studien – die beiden Autoren sind führende Experten für politische Ökonomie und forschen im Bereich digitale Überwachung
- Von Chinas Totalüberwachung über Russlands digitale Autokratie bis zur US-Datenallianz: warum auch Deutschland nicht vor digitalem Autoritarismus sicher ist

Digitale Technologien haben die Vision von George Orwells „1984“ zur realen Gefahr gemacht. KI, Gesichtserkennung und Big Data machen eine totale Kontrolle über Individuen technisch möglich – Länder wie China, Russland und die USA zeigen, wie Staaten und Konzerne diese Instrumente zur Überwachung und zur Sicherung von Macht einsetzen. Auch in Deutschland sind die Voraussetzungen für einen Überwachungsstaat vorhanden, durch die enge Verflechtung von Staat und Markt. Szenarien wie der Einsatz von Palantir-Software durch deutsche Polizeibehörden sind dabei nur der Auftakt. David Karpa und Michael Rochlitz zeigen, wie Überwachungstechnologien unsere Freiheit bedrohen und welche politischen und gesellschaftlichen Schritte nötig sind, um Demokratien und Freiheit zu sichern. Jede globale Entwicklung betrachten sie mit Blick auf Deutschland und beantworten dabei die zentrale Frage: Welche Risiken bestehen für unsere eigene Demokratie? Eine schonungslose Analyse und ein dringender Appell, bevor es zu spät ist.

Totale Überwachung

von Michael Rochlitz; David Karpa

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 14.10.2026

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50

ca. 256 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Klappenbroschur

WG: 1973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-21935-9



Bestseller-Marketing

für „Herzensdoc Nana“ – den Kardiologen mit Herz und Charisma



Foto: Studioline BmbH&Co.KG

Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:



Social Media



Website/Newsletter

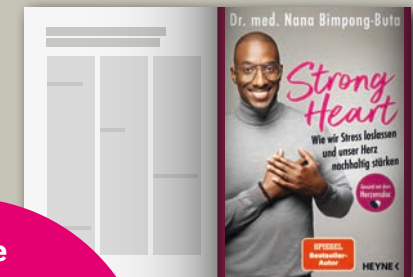
Online-Werbung

- Programmatic Ads
- TikTok Ads



Print-Werbung

Anzeigen in Magazinen wie *Women`s Health*, *Men`s Health*, *vital*, *FÜR SIE*



Große
**Print-,
Online- und
Social-Media-
Kampagne**
mit hoher
Reichweite



Podcast-Ads

Programmatische
Ausspielung

Referenztitel



Dr. Nana-Yaw Bimpong-Buta
Happy Heart – Gesund mit dem Herzensdoc
 Quality Paperback 20,00 € [D]
 ET: 24.09.25



Dr. med. Ulrich Strunz
Das Stress-weg-Buch – Das Geheimnis der Resilienz
 Quality Paperback 20,00 € [D]
 ET: 19.04.22



Urheber

Dr. Nana-Yaw Bimpong-Buta ist Rheinländer mit Leib und Seele. Nach dem Medizinstudium und der Promotion in seiner Geburtsstadt Bonn arbeitete er als Assistenzarzt und Facharzt in Bern und Düsseldorf. Seit 2018 ist er Oberarzt für interventionelle Kardiologie. Als Kardiologe, Autor und Keynote Speaker – bekannt als »Herzensdoc Nana« – macht er Herzmedizin greifbar, verständlich und inspirierend. Seit über zwei Jahrzehnten engagiert er sich für soziale Projekte in Ghana und Guatemala. Mit seinem Podcast »Leben auf Pump« und seiner Präsenz auf Instagram und TikTok erreicht er über 100.000 Menschen, die sich für ein gesundes, starkes und glückliches Herz interessieren. Seine Mission: Menschen nicht nur Wissen zu vermitteln, sondern sie zu begeistern – für ein Herz, das nicht nur schlägt, sondern tanzt.



Paperback

September 2026

- **Der Gamechanger für Ihre Herz-Gesundheit**
- **Das neue Buch des Bestseller-Autors von »Happy Heart«**
- **Kardiologe und Stressmanagement-Trainer Dr. Nana Bimpong-Buta zeigt, wie wir den Herzensbrecher Stress aktiv vermeiden**

WERBESCHWERPUNKT

Dauerstress wirkt leise, aber beständig auf unser Herz. In seinem neuen Buch zeigt Kardiologe und Stressmanagement Trainer Dr. med. Nana Bimpong Buta, wie wir trotz eines Alltags voller Herausforderungen herzgesunde Strukturen schaffen, die uns tragen: Für mehr Ruhe, Gelassenheit und innere Ordnung. Seine Happy-Heart-Methode verbindet moderne Kardiologie mit alltagsnahen Routinen und klaren, einfachen Impulsen. Herzensdoc Nana vermittelt verständlich und fundiert die medizinischen Grundlagen echter Herzgesundheit: wie Stress das Herz belastet, warum Entlastung und Einfachheit heilend wirken und wie bewährte Wege die Herzfunktion fortwährend stärken. Ein Buch, das Ihr Herz begleitet, Tag für Tag. Ihr Weg zu nachhaltiger Gesundheit, mitten im echten Leben.

Strong Heart
 von Nana-Yaw Bimpong-Buta

€ (D) 20,00 / € (A) 20,60 / CHF 28,50
 ca. 320 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm
 Quality Paperback, Klappenbroschur
 WG: 1973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 16.09.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-21910-6





Das Speck-weg-Buch
978-3-453-21900-7
€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



Der Gen-Trick
978-3-453-21896-3
€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



Das Schmerz-weg-Buch
978-3-453-21887-1
€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



Lebensenergie
978-3-453-21839-0
€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Heilung erfahren. Verborgene Krankheiten erkennen und besiegen
978-3-453-20279-5
€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



77 Tipps für die optimale Nährstoff-Versorgung
978-3-453-60722-4
€ 14,00 [D] | € 14,40 [A] CHF 20,50*



77 Tipps gegen Krebs
978-3-453-60717-0
€ 14,00 [D] | € 14,40 [A] CHF 20,50*



ÜBER 75.000 VERKAUFTE EX.



111 Tipps für einen gesunden Körper
978-3-453-60675-3
€ 15,00 [D] | € 15,50 [A] CHF 21,50*



77 Tipps für mehr Kraft und Ausdauer
978-3-453-60669-2
€ 13,00 [D] | € 13,40 [A] CHF 18,50*



ÜBER 50.000 VERKAUFTE EX.



77 Tipps für einen gesunden Darm
978-3-453-60632-6
€ 13,00 [D] | € 13,40 [A] CHF 18,50*



Referenztitel



Dr. med. Ulrich Strunz
Das Speck-weg-Buch
Quality Paperback 22,00 € [D]
ET: 05.11.25



Dr. med. Ulrich Strunz
Der Gen-Trick
Quality Paperback 22,00 € [D]
ET: 14.05.25



Urheber



© Helmut Bauer

Dr. med. Ulrich Strunz ist Internist, Molekularmediziner und Gastroenterologe. Schwerpunkt seiner ärztlichen und publizistischen Tätigkeit ist die präventive Medizin. In Vorträgen, Seminaren und TV-Auftritten begeisterte er viele Jahre lang Zehntausende von Menschen – und führte sie in ein neues, gesundes Leben.



Paperback

Oktober 2026

- **Der Hormontrick für Frauen und Männer: Mit Bestsellerautor Dr. med. Ulrich Strunz hormonbedingte Beschwerden loswerden, die alle Geschlechter betreffen**
- **Mit wirkungsvollen Strategien, Praxistipps und Selbstchecks die Hormone wieder ins Gleichgewicht bringen**
- **Seit über 20 Jahren Bestsellergarant bei Heyne: Über 11 Millionen verkaufte Bücher**

BESTSELLERAUTOR

Gewichtszunahme, Schlafstörungen, Schilddrüsenprobleme, Gelenkschmerzen, Migräne, depressive Verstimmungen – viele unterschiedliche Beschwerden werden durch unsere Hormone ausgelöst. Sie steuern Energie, Stimmung, Schlaf und Stoffwechsel und geraten im Alltag und mit zunehmendem Alter leicht aus der Balance. Bestsellerautor Dr. med. Ulrich Strunz zeigt anhand neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse wie Hormone wirken, warum sie so wichtig für unser Wohlbefinden sind und wie wir sie mit der richtigen Ernährung, effektiver Bewegung, ausreichend Schlaf und mentalen Strategien wieder ins Gleichgewicht bringen. Durch gezielte Veränderungen im Lebensstil können wir so ganz einfach die selbstheilende Kraft unserer Hormone aktivieren – für täglich mehr Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Lebensfreude!

Der Hormon-Code
von Dr. med. Ulrich Strunz

€ (D) 22,00 / € (A) 22,70 / CHF 30,90

ca. 224 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Klappenbroschur, durchgehend 2c

WG: 1973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/
Gesellschaft

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 21.10.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-21928-1



9 783453 219281

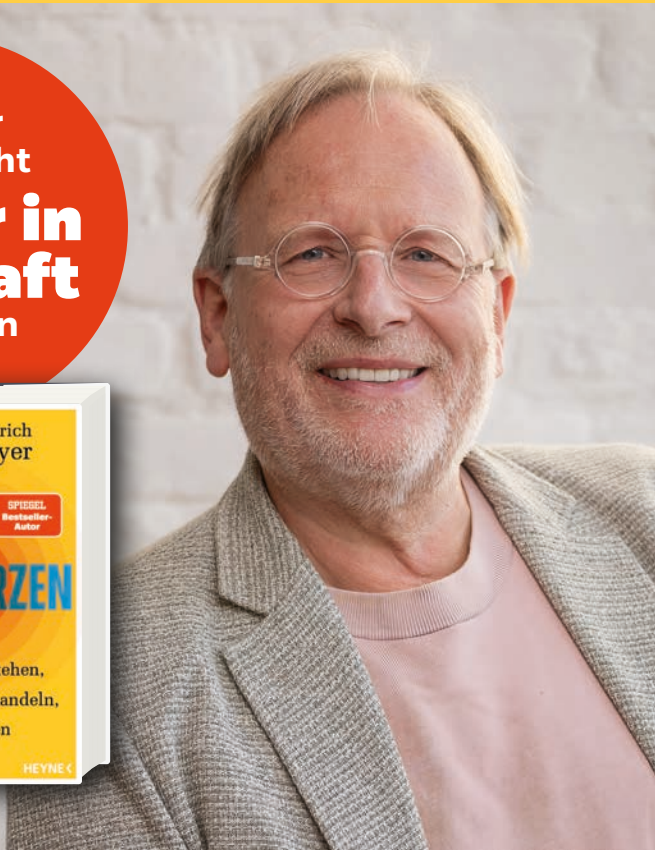
Bestseller-Marketing

für den bekannten Arzt und Bestsellerautor

Aus der
Ohnmacht
**wieder in
die Kraft
gelangen**



Foto: © Christian Martin Weiß



Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:



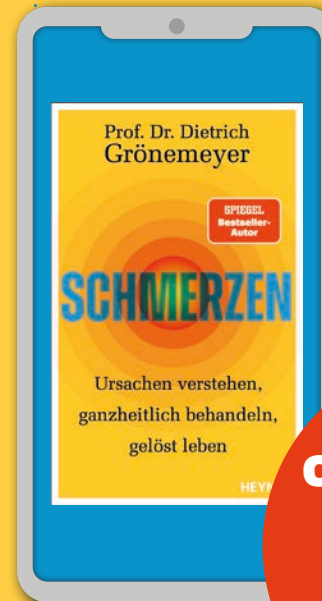
Social Media



Website/Newsletter

Online-Werbung

- Native Ads (outbrain)
- Meta Ads
- Google Search Ads



Große
**OOH-, Online-
und Print-
Kampagne**
mit optimaler
Zielgruppen-
erreichung



Out-of-Home:

Wartezimmer-TV in Arztpraxen



Print-Werbung

Anzeigen in Magazinen wie
vital, HÖRZU Gesundheit, natürlich
gesund und munter

Referenztitel



Dietrich Grönemeyer
Demenz
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 17.09.25



Dietrich Grönemeyer
Leben ohne Angst
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 11.09.24



Urheber

Prof. Dietrich Grönemeyer ist einer der bekanntesten Ärzte Deutschlands und emeritierter Lehrstuhlinhaber für Radiologie und Mikrotherapie der Universität Witten/Herdecke. Er lebt mit Begeisterung im Ruhrgebiet und leitet seit 30 Jahren das Grönemeyer Institut in Bochum. Seit Jahrzehnten setzt er sich für Aufklärung, Vorsorge und für ein langes und wohlbefindliches Leben ein. Er ist leidenschaftlicher Verfechter der Weltmedizin, einer Integration von Natur- und Schulmedizin inkl. der psychosomatisch-sozialen, der HighTech- und Umwelt-Medizin. 1997 gründete er das *Grönemeyer Institut für Mikrotherapie* in Bochum, Berlin und weiteren Städten. Grönemeyer ist nicht nur ein herausragender Arzt und Wissenschaftler, sondern auch Autor zahlreicher Bestseller. Seine Bücher wurden in rund 20 Sprachen übersetzt.



September 2026



- »Wir können heute mehr gegen Schmerzen tun als je zuvor.«
Prof. Dietrich Grönemeyer
- Bestsellergarant Dietrich Grönemeyer liefert neueste wissenschaftliche Erkenntnisse und Lösungen im Umgang mit dem Gesundheitsproblem Nr. 1
- Verstehen, behandeln, begleiten:
Was können wir aktiv gegen Schmerzen unternehmen und wie kann man das Verständnis für die Betroffenen fördern?

SPITZENTITEL

Prof. Dietrich Grönemeyer setzt mit seinem neuen Buch ein kraftvolles Zeichen: Als einer der bekanntesten Ärzte Deutschlands mit jahrzehntelanger Erfahrung zeigt er, wie revolutionär sich die Schmerzmedizin entwickelt hat, und wie modernste Therapieansätze heute echte Perspektiven eröffnen. Verständlich erklärt und nah am Menschen führt Grönemeyer durch neue Wirkstoffe und andere innovative schulmedizinische und traditionelle Therapieansätze der Welt sowie wirksame psychologische Methoden. Vor allem aber betont er, dass jeder Mensch seinen ganz eigenen Weg aus dem Schmerz finden kann. Grönemeyer beschreibt individuelle Möglichkeiten und gibt konkrete Hilfestellung, die Körper und Seele stärken: mentale und körperliche Entspannung, Massagen, Sport, heilsame Ernährung und klare, alltagsnahe Schritte. Dieses Buch zeigt den Weg zurück zu mehr Lebensqualität, Freude und einem Gefühl von Selbstwirksamkeit, das alles verändern kann.

Schmerzen
von Dietrich Grönemeyer

€ (D) 22,00 / € (A) 22,70 / CHF 30,90

ca. 272 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm

Hardcover, Geb. mit SU

WG: 1973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/
Gesellschaft

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 23.09.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-21934-2



Referenztitel



Karolien Notebaert
Vom Glück der richtigen Gedanken
Quality Paperback 18,00 € [D]
ET: 26.06.24



Dr. med. Ulrich Strunz
Lebensenergie
Quality Paperback 20,00 € [D]
ET: 21.12.22



Urheberin

Dr. Lina Ejlerstsson ist Public-Health-Wissenschaftlerin und forscht seit über zwölf Jahren zu den Themen Erholung, Stressbewältigung und Gesundheit im Arbeitsleben. Parallel dazu macht sie ihr Wissen einem breiten Publikum zugänglich – durch Auftritte in Radio und Fernsehen, Beiträge in Podcasts, Bücher und zahlreiche Artikel in Print- und Onlinemedien. Mit ihrer langjährigen Erfahrung hält sie inspirierende Vorträge und leitet praxisnahe Workshops für Mitarbeitende, Gesundheitsbeauftragte, Personalabteilungen und Führungskräfte – in Unternehmen, Kommunen, Regionen und staatlichen Organisationen. Darüber hinaus betreibt Lina Ejlerstsson den erfolgreichen Instagram-Account @aterhamtningsforskaren, dem bereits über 80.000 Follower vertrauen, um Impulse und praktische Tipps für mehr Energie und Wohlbefinden im Alltag zu erhalten.



Paperback

Dezember 2026

- **Von der Sparflamme zur Energiebombe:** Erholungsforscherin Lina Ejlerstsson zeigt, wie Sie Ihre Batterien richtig aufladen
- **Erholung auf allen Ebenen:** Der Schlüssel zu echter Regeneration liegt in der Unterscheidung zwischen körperlicher, geistiger und emotionaler Müdigkeit
- **Wissenschaftliche Erkenntnisse ergänzt mit leicht umsetzbaren Tipps –** für individuelle spürbare Ergebnisse schon nach kleinen Veränderungen

Erschöpfung hat viele Gesichter – und Erholung ist weit mehr als Schlaf oder eine Pause auf dem Sofa. Die Erholungsforscherin Lina Ejlerstsson zeigt in ihrem Bestseller, dass es 7 Arten der Erschöpfung gibt – von mental über emotional bis sensorisch – und welche Formen der Erholung wirklich helfen, unsere inneren Batterien wieder aufzuladen. Mit einer Mischung aus Forschung und erprobten alltagsnahen Tools lädt sie ein, das eigene Energieprofil zu entdecken: *Was brauche ich gerade wirklich? Welche Signale sendet mein Körper? Wie finde ich genau die Art von Pause, die mich wirklich stärkt?*

Dieses Buch ist der individuelle Kompass zu mehr Klarheit, Balance und echter, nachhaltiger Kraft – und ein Gamechanger für dein Energielevel! Ein Buch für alle, die nicht nur funktionieren, sondern sich wieder richtig lebendig fühlen wollen.

Das Energie-Rezept

von Dr. Lina Ejlerstsson
Übersetzer: Daniela Stilzbech

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 16.12.2026

€ (D) 20,00 / € (A) 20,60 / CHF 28,50

ca. 272 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Quality Paperback, Klappenbroschur

WG: 1973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/
Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-21926-7



Referenztitel



Eric Wrede
Auf Leben und Tod
Paperback 18,00 € [D]
ET: 16.10.24



Angela Fournes; Annette Bopp
Den Tod muss man leben
Hardcover 20,00 € [D]
ET: 01.10.18



Urheberinnen



© Samantha Bermudez.

1982 in Ostfriesland geboren, studierte **Renske Steen** Musik in Paderborn, Detmold und Hamburg. Nach vielen Jahren in der Kulturbranche, unter anderem als Redakteurin beim Konzerthaus Berlin und im Marketing für Klassikfestivals, suchte sie nach einer neuen Aufgabe. Ein Interview mit einem Bestatter weckte ihre Neugier, die sie während der Pandemie in die Praxis umsetzte: zunächst als Hilfskraft, später als Bestatterin. Gemeinsam mit **Julia Kreuch** gründete sie „faarwel“ in Hamburg. Ihr Ziel: den Tod wieder ins Leben holen und Abschied menschlicher gestalten.



Den Tod ins Leben holen und den Abschied menschlicher gestalten

Sterben betrifft uns alle, doch kaum jemand spricht darüber. Dieses Buch bricht das Schweigen und zeigt, wie wir Ängste abbauen und Abschied wieder menschlich gestalten können. Die Autorinnen Renske Steen und Julia Kreuch haben als Quereinsteigerinnen die Bestattungsbranche auf den Kopf gestellt: Mit ihrem Bestattungsladen „faarwel“ in Hamburg haben sie einen Ort geschaffen, an dem Tod und Leben zusammengehören, ohne starre Rituale und ohne falsche Pietät. Ein kluges, einfühlsames Sachbuch über unsere Bestattungskultur, ihre Geschichte und Zukunft, das Orientierung gibt, Mut macht und neue Perspektiven eröffnet: Für alle, die selbstbestimmt Abschied nehmen wollen und für eine Gesellschaft, die den Tod nicht länger verdrängt.

Vom Sprechen übers Sterben stirbt man nicht

von Renske Steen; Julia Kreuch

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 14.10.2026

€ (D) 20,00 / € (A) 20,60 / CHF 28,50

ca. 208 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm

Hardcover, Pappband

WG: 1973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/
Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-21933-5



Oktober 2026

- Den Tod ins Leben holen und den Abschied menschlicher gestalten
- Zwei Bestatterinnen bauen Ängste ab und machen Mut, offen über das Sterben zu sprechen
- Eine authentische Quereinsteigerperspektive, die die neuen Bedürfnisse der Bestattungskultur sichtbar macht – getragen von echtem Veränderungswillen

PRESSESCHWERPUNKT

Unsere aktuellen Toptitel

HEYNE <



Feminismus pur. 99 Worte.
978-3-453-21906-9
 € 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



Liza - Kids, Wait Till You Hear This!
978-3-453-21920-5
 € 26,00 [D] | € 26,80 [A] CHF 35,90*



Unerwartet
978-3-453-21916-8
 € 25,00 [D] | € 25,70 [A] CHF 34,50*



Fliegt, Wilde Schwäne
978-3-453-21923-6
 € 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*



Doch noch ein neuer Tag
978-3-453-21909-0
 € 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Die Allianz der Neuen Rechten
978-3-453-21915-1
 € 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*



Armee der Einzeltäter
978-3-453-21921-2
 € 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Cum/Ex, Milliarden und Moral
978-3-453-21911-3
 € 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*



Weiß die KI, dass sie nichts weiß?
978-3-453-21907-6
 € 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Menschlichkeit in digitalen Zeiten
978-3-453-21914-4
 € 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*



Referenztitel



Daniel Wolff
Allein mit dem Handy: So schützen wir unsere Kinder
Paperback 17,00 € [D]
ET: 16.10.24



9 783453 607019



Leonie Lutz; Anika Osthoff
Begleiten statt verbieten
Quality Paperback 18,00 € [D]
ET: 30.05.22



9 783466 311866

Urheber



© Sebastian Edwin Roth

Daniel Wolff ist ein deutschlandweit stark nachgefragter Digitaltrainer für Familien, der seit 2017 an Hunderten von Schulen im intensiven Austausch mit Schüler*innen, Lehrkräften und Eltern steht. Zuvor arbeitete er als IT-Journalist für das Computermagazin CHIP und war US-Korrespondent im Silicon Valley. Auch als Gymnasiallehrer und Universitätsdozent an der LMU München (Kompetenznetzwerk Medienbildung und Digitalisierung/KMBD) sammelte er einschlägige Erfahrungen. Daniel Wolff ist Vater von drei Kindern, die ihn trotz seiner eigenen Technikbegeisterung immer wieder vor neue digitale Herausforderungen stellen, und lebt mit seiner Familie in München.



Kai Spriestersbach; Leonie Lutz
Kluge Köpfchen mit KI
Quality Paperback 18,00 € [D]
ET: 24.09.25



9 783466 312481



Paperback

Juli 2026

- **Der Bestseller - jetzt komplett aktualisiert und erweitert**
- **Was begegnet den Kindern heute im Internet, welche Gefahren bleiben von Eltern unerkannt und wie können sie Sicherheit schaffen?**
- **Ein aufrüttelndes Buch, das die ungeahnten Gefahren aufzeigt, die Kindern online drohen, und ganz konkrete Ratschläge bietet**
- **Daniel Wolff ist Digitaltrainer und hat mit seinen Schulungen bereits über 150.000 Schüler, Eltern und Lehrkräfte erreicht**

Brutalste Gewaltdarstellungen, abgründiger Rassismus, Pädophile auf Kinderjagd, Sexting mit katastrophalen Folgen, Glücksspiel-Abzocke in vermeintlich harmlosen Spielen – unglaublich, was Kinder an ihrem Smartphone erleben. Allerdings sagen die allermeisten ihren Eltern davon nichts. Auch deshalb unterschätzen Eltern nach wie vor massiv, wie mächtig die Wirkung digitaler Medien – allen voran Smartphones – auf ihre Kinder ist. Eine ganze Elterngeneration gibt ihren Kindern schon in der Grundschule ein eigenes Smartphone, ohne sich selbst und die Kinder darauf vorzubereiten, und ohne sie am Anfang intensiv zu begleiten. Daniel Wolff, Digitaltrainer an Schulen in ganz Deutschland, weiß, was die Kinder im Internet wirklich erleben, und zeigt, wie sie geschützt werden können – und wie sie die großen Chancen der digitalen Welt souverän nutzen können.

Allein mit dem Handy: So schützen wir unsere Kinder
von Daniel Wolff

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50
ca. 320 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm
Paperback, Klappenbroschur, 70 farbige Abbildungen
WG: 2973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/
Gesellschaft

Erscheinungstermin: 29.07.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-60759-0



9 783453 607590

Spitzentitel-Marketing

für politische Agitation, die Spaß macht

**Insider-
Wissen:**

Nazis
konfrontieren
leicht gemacht

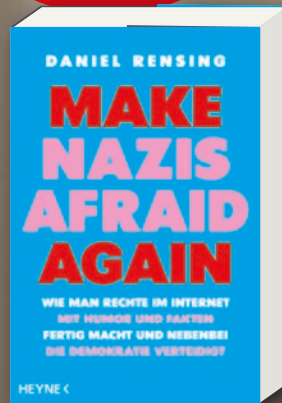


Foto: © Privat



Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:



Social Media



Website/Newsletter



Reichweiten-
starke
**Online-,
Social-Media-
und Podcast-
Kampagne**

Programmatic Ads

Maximale Sichtbarkeit in
der relevanten Zielgruppe

Youtube

Maximale Reichweite auf einer
der meist genutzten Social-
Media-Plattformen

TikTok

Aktivierung
neuer Ziel-
gruppen
durch kreative
Kampagnen



Radio/Podcast:

Podcast Ads
(programmatische Ausspielung)

Referenztitel



Sally Lisa Starken
Zu Besuch am rechten Rand
Paperback 16,00 € [D]
ET: 19.02.25



Urheber



© privat

Daniel Rensing war viele Jahre in internationalen Agenturen im Bereich Werbung und Social Media tätig. Seit 2024 verlagerte er seinen Fokus auf politische Reaktionsvideos auf TikTok und analysiert, kommentiert und entkräftet seitdem als @its.daniel.brln rechte Online-Narrative mittels Fakten und Humor. Mit über 240.000 Followern gehört er zu den sichtbarsten Stimmen der digitalen Gegenrede. Heute arbeitet er in der Öffentlichkeitsarbeit im Deutschen Bundestag und setzt seine Aufklärungsarbeit in den sozialen Medien fort.



bei
NetGalley



Daniel Rensing zeigt hautnah und mit seinem ganz eigenen Witz, warum Social Media zum Schlachtfeld der Demokratie geworden ist und wie Humor zur wirksamsten Waffe gegen Hass und Fake News wird. Er selbst ist als @ItsDanielBerlin sehr erfolgreich mit politischer Aufklärung und Satire auf TikTok unterwegs. Jetzt erklärt er die Strategien rechter Netzwerke, entlarvt ihre Mechanismen und erzählt, wie aus Reaktionsvideos eine politische Bewegung entsteht und was im Umgang mit Anti-Demokraten noch grundlegend schief läuft. Seine persönliche Geschichte – vom Burnout zum Polit-Influencer – liefert dabei Authentizität, ohne den Blick vom eigentlichen Thema zu nehmen: den Kampf um das Demokratie-Verständnis der nächsten Generation.

Make Nazis afraid again
von Daniel Rensing

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 26.08.2026

Paperback

- Nazis konfrontieren leicht gemacht - politische Agitation, die Spaß macht, von einem, der weiß, wie es geht
- Mit welchen Strategien rechte Netzwerke den Kampf um Aufmerksamkeit führen und was nötig ist, um demokratische Werte zu verteidigen
- Insider-Blick:
Der Autor ist Marketing-Experte, PR-Berater in der Politik und legt sich täglich für seine 250.000 Follower auf TikTok mit Rechten an

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50

ca. 272 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Klappenbroschur

WG: 2973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-60749-1



SPITZENTITEL

Referenztitel



Annie Jacobsen
72 Minuten bis zur Vernichtung
Quality Paperback 22,00 € [D]
ET: 27.03.24



9 783453 218789

Urheberin



© Hillary Jones

Annie Jacobsen ist eine US-amerikanische Investigativ-Journalistin, spezialisiert auf Krieg, Waffen und Sicherheit. Sie ist Finalistin des Pulitzer-Preises 2016 und Autorin zahlreicher Bücher, die in neun Sprachen übersetzt wurden, darunter der New York Times-Bestseller *Area 51*. Jacobsen schreibt und produziert auch Fernsehserien, u.a. Tom Clancy's *Jack Ryan*. Die Absolventin der Princeton University lebt mit ihrer Familie in Los Angeles.



August 2026

- Vom Erstschock bis zum Ende der Welt in 72 Minuten – erschreckende Fakten, gestützt auf Interviews mit Wissenschaftlern, nationalen Sicherheitsberatern, militärischen Befehlshabern
- Ein packender dokumentarischer Thriller für die Leser von David Wallace-Wells und Nouriel Roubini
- „Der nukleare Krieg beginnt mit einem Punkt auf einem Radarbildschirm.“ Ein atemloses Szenario

Investigativ-Journalistin Annie Jacobsen entwirft ein Szenario von dreimal 24 Minuten: So lange dauert es vom ersten Entdecken eines atomaren Marschflugkörpers mit Ziel USA bis zum dann unausweichlichen und vernichtenden Gegenschlag und zum Ende der Welt wie wir sie kennen. Was passiert als Nächstes? Wieviel Zeit bleibt dem US-amerikanischen Präsidenten für die Entscheidung, wie der Gegenschlag aussieht? Gibt es einen funktionierenden Abwehrschirm? Sind die Kommunikationswege zwischen den Atommächten im Ernstfall sicher? Ist weltweite Eskalation unvermeidbar?

Das Szenario ist fiktiv. Die zugrundeliegenden Parameter, die Befehlsketten, in Kraft gesetzten Regeln und die technischen Möglichkeiten mit ihren grausamen Konsequenzen beruhen auf den Fakten, die die Autorin im Austausch mit Experten und von Insider-Quellen gesammelt hat. Das Ergebnis ist ein atemloses Leseerlebnis voller hochinteressanter Erkenntnisse.

72 Minuten bis zur Vernichtung

von Annie Jacobsen

Übersetzer: Ulrike Strerath-Bolz; Oliver Lingner

Originalverlag: Heyne HC

Erscheinungstermin: 12.08.2026

€ (D) 14,00 / € (A) 14,40 / cCHF 20,50

ca. 192 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm

Taschenbuch, Broschur,

WG: 1973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-60761-3



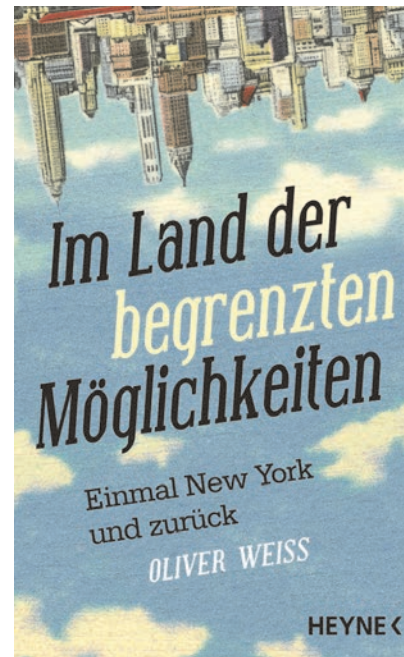
9 783453 607613

Urheber



© Boris Dammer

Oliver Weiss ist Illustrator und Designer. Als Illustrator arbeitet er für internationale Zeitschriften, Buchverlage und Werbeagenturen in Europa, Nordamerika und Asien. Sein Schwerpunkt im Designbereich liegt auf Corporate Design und Multimedia. Zu seinen Kunden gehören DER SPIEGEL, DIE ZEIT, The Writer, Hong Kong Tatler, Deutsche Bank, LatinFinance und Computerworld sowie Siemens, Beiersdorf, Euromoney, Burda, Springer, Reed Business, Bauer, Ravensburger, Gruner + Jahr, Euro RSCG und campus. Im Wettbewerb für das Design des offiziellen Oktoberfest-Plakats für 2008 hat Oliver Weiss den ersten Preis gewonnen; sein Motiv wird für den Wiesen-Maßkrug und diverse Merchandising-Artikel verwendet. Für Richard David Prechts Bestseller "Wer bin ich - und wenn ja, wie viele?" (Goldmann Verlag) kreierte er Illustration und Coverdesign.



- Die Entzauberung des amerikanischen Traums – von einem, der nach New York auswanderte und wieder zurückkehrte
- Ein persönlicher und selbstironischer Bericht über abenteuerliche Wohnformen, explodierende Lebenshaltungskosten und Temperaturen zwischen plus 40 und minus 20 Grad
- Zum 250. Jubiläum der Vereinigten Staaten von Amerika

Als er mit der Green Card die Eintrittskarte für ein Leben in den USA erhält, erfüllt sich für Oliver Weiss ein Jugendtraum. Voller Erwartungen wagt er den Sprung nach New York City – und prallt auf eine Wirklichkeit, die wenig mit seinen Vorstellungen gemein hat: Die Wohnverhältnisse sind abenteuerlich, die Freundlichkeit bleibt unverbindlich, Beziehungen sind zweckgebunden. Mit jedem Tag bröckelt die Faszination, bis der Traum der Ernüchterung weicht. Nach langem Ringen zieht es Oliver Weiss zurück nach Europa – und er gibt seine Green Card zurück.

Lakonisch und bisweilen haarsträubend komisch erzählt dieses Buch von einer Realität, die die Sehnsucht nicht erfüllt – und wirft einen Blick in die amerikanische Seele.

Im Land der begrenzten Möglichkeiten
von Oliver Weiss

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 24.06.2026

€ (D) 14,00 / € (A) 14,40 / CHF 20,50

ca. 208 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm

Taschenbuch, Broschur, 6 s/w Abbildungen

WG: 2973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/
Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-60760-6



9 783453 607606

Urheber



© Axel Griesch

Felix Petruschke, Jahrgang 1992, ist Redakteur bei der WirtschaftsWoche im Ressort Immobilien & Leben. Er schreibt über den deutschen Wohnungsmarkt und die Energie- und Klimapolitik: pointiert, kritisch, unbequem. Für seine Recherchen wurde er 2025 mit dem »Sonderpreis Finanzbildung« ausgezeichnet. Zuvor arbeitete er unter anderem für die Süddeutsche Zeitung, die Südwest Presse und das Wirtschaftsmagazin Euro. Von Juli 2023 bis Dezember 2024 war er Co-Host des Podcasts »BörsenWoche«. Er lebt und arbeitet in München.



Paperback

November 2026

- Eine messerscharfe Kritik: Generationengerechtigkeit geht anders
- Rentenreform, Wohnungsmarkt, Wehrpflicht, Klimawandel: Wirtschaftsjournalist Felix Petruschke nimmt kein Blatt vor den Mund, wenn es um die systematische Diskriminierung der Jüngeren geht
- Für die junge Generation, die es satt hat, zuzuschauen

Eine Koalition, die sich selbst als »letzte Patrone der Demokratie« bezeichnet, die mit **zusätzlichen Schulden** von fast einer Billion Euro das Land in die Zukunft führen könnte, entwickelt sich zur **zukunftsfeindlichsten Regierung** seit Gründung der Bundesrepublik.

Der **prämierte Wirtschaftsjournalist** Felix Petruschke rechnet ab: Mit dem System Merz, das aus »Wohlstand für Alle« längst **»Wohlstand für Alte«** gemacht hat. Mit einem Land, das satt, träge und ängstlich geworden ist. Mit einer Politik, die die jüngere Generation verrät, weil sie in einem **überalterten Land** immer stärker zur Minderheit wird.

Dieses Buch ist ein **Aufschrei**. Es zeigt, wie andere Länder Tempo machen, während **Deutschland bremst**; und wie Deutschland **endlich wieder progressiver** werden könnte. Es stellt die Frage: Wie lange lassen sich die Jüngeren das alles noch gefallen?

Jung im Land der Alten
von Felix Petruschke

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 11.11.2026

€ (D) 16,00 / € (A) 16,50 / CHF 22,90

ca. 192 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Klappenbroschur

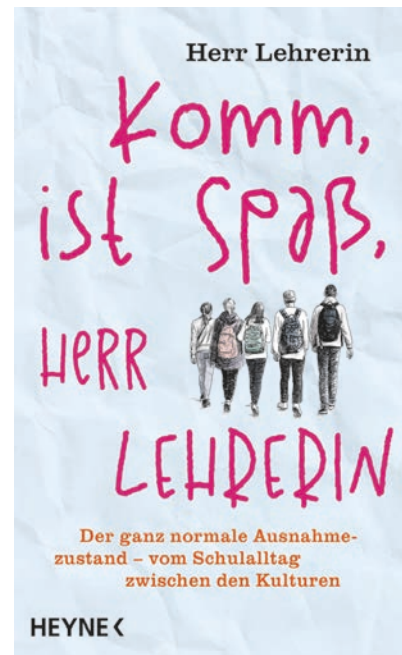
WG: 1973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-60748-4



9 783453 607484

August 2026



- Ein Schuljahr in einer Willkommensklasse – absurd, chaotisch und garantiert nie langweilig
- Ein lebensnaher, empathischer und zugleich humorvoller Blick auf die hochaktuellen Themen Migration und Bildungspolitik
- Für Leser*innen von „Mama, bitte lern Deutsch“, „World of Lehrkraft“ und „Chill mal, Frau Freitag“

Urheber

Herr Lehrerin schrieb zahlreiche Romane und Kinderbücher, bis er das echte Leben entdeckte. Heute unterrichtet der Sohn einer Migrantin Deutsch als Fremdsprache, unter anderem in Willkommensklassen.

Herr Lehrerin unterrichtet in seiner Willkommensklasse Schülerinnen und Schüler aus aller Welt. Als Mann müsste er natürlich Herr Lehrer heißen – doch für sprachliche Feinheiten bleibt keine Zeit: Tagtäglich geht es darum, mit kleinem Wortschatz größere Konflikte zu entschärfen oder zumindest den Gebrauch der übelsten Schimpfwörter zu unterbinden. Mit viel Humor und großer Zuneigung für seine chaotische Klasse berichtet Herr Lehrerin von skurrilen und berührenden Situationen im Schulalltag. Er erzählt von einem Schuljahr, in dem er den Schülern nicht nur die deutsche Sprache, sondern auch unseren Alltag mit seinen oft genauso schwer verständlichen Regeln näherbringen muss – und dabei selbst gelegentlich den Überblick verliert.

Komm, ist Spaß, Herr Lehrerin
von Herr Lehrerin

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 12.08.2026

€ (D) 14,00 / € (A) 14,40 / CHF 20,50

ca. 208 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm

Taschenbuch, Broschur

WG: 2973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/
Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-60737-8



9 783453 607378

Spitzentitel-Marketing für die beliebte Comedienne

2026/2027
auf großer
**Bühnen-
Tour**
und bei vielen
TV-Auftritten
zu sehen

**KOPFTUCH
MÄDCHEN**
ANISSA LOUCIF
Leben zwischen
Humor und Halal
HEYNE

Foto: © Marina Rosa Weigl

Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:



Social Media



Website/Newsletter



Meta

Mehr Reichweite
in der relevanten
Zielgruppe



TikTok

Aktivierung neuer Zielgruppen
durch kreative Kampagnen

Youtube

Maximale Reichweite auf
einer der meist genutzten
Social-Media-Plattformen



**Kooperation
mit ihrem
Management**
Buch-Marketing
im Umfeld
ihrer Auftritte

Zielgruppen-
genaue

**Bestseller-
kampagne**

mit Online-
Schwerpunkt

Urheberin



© Marina Rosa Weigl

Anissa Loucif ist eine deutsch-algerische Comedienne, Mutter und Narkoseärztin. Sie war Finalistin des *NightWash Talent Awards 2023*, ihre Stand-up-Videos gingen viral. 2024 brillierte die Entertainerin bei der *1LIVE COMEDY-NACHT XXL* vor 14.000 Zuschauenden auf der größten Comedy-Bühne Deutschlands und war Teil des *Female Stand Up Specials der Carolin Kebekus Show* in der ARD. Zwischenzeitlich hat sie einen eigenen Comedy-Club gegründet, ihre Videos werden millionenfach geklickt. Seit Herbst 2025 ist Anissa Loucif mit ihrem Soloprogramm *MACH NICHT SO AUF TEUER* auf Tour. »Kopftuchmädchen« ist ihr erstes Buch.

bei
NetGalley



Paperback

September 2026

- Auch ohne Narkosemittel umwerfend: Die beliebte Comedienne über ihr Leben als Anästhesistin, Muslima und Mutter
- Anissa Loucif hat eine große Community auf Social Media, geht 2026/2027 auf Bühnen-Tour und ist bei diversen Auftritten im TV und im Streaming zu sehen
- Für die Leser*innen von Carolin Kebekus und Parshad Esmaeili

SPITZENTITEL

Die Anästhesistin Anissa Loucif entschied sich vor einiger Zeit OP-Kittel und Stethoskop gegen Mikrofon und Glitzerfummel zu tauschen. Als Comedienne begeistert sie heute ihr Publikum mit Geschichten über ihre deutsch-arabische Familie, den OP und „Minder“, die muslimische Dating-App. Aber was davon ist wahr? Warum wird man als Deutsche freiwillig ein Kopftuchmädchen? Und warum zur Hölle bleibt man eins? Hier erzählt sie witzig, bissig und pointiert über ihr Leben als Muslima, Ärztin und Mutter.

Anissa Loucif bietet nicht nur tiefe persönliche Einblicke in ihren Alltag zwischen Humor und Halal, sondern ist dabei auch Sprachrohr für eine ganze Generation – mit einer inspirierenden Lektion in Selbstverwirklichung.

Kopftuchmädchen
von Anissa Loucif

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 16.09.2026

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50

ca. 256 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Klappenbroschur

WG: 1973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/
Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-60747-7



9 783453 607477

Referenztitel



Nicola Bardola
Mercury in München
Hardcover 24,00 € [D]
ET: 20.09.21



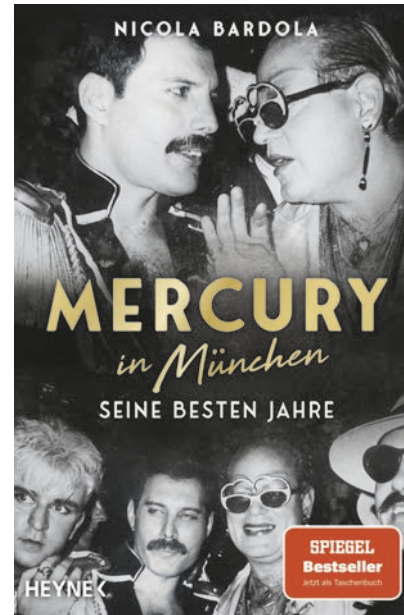
9 783453 273528

Urheber



© Markus Naegele

Nicola Bardola, 1959 in Zürich geboren, studierte Germanistik und lebt seit 40 Jahren in und um München. Der Literatur- und Musikkritiker veröffentlichte viele beachtete Biografien u.a. über Yoko Ono, John Lennon und Ringo Starr.



Paperback

Juli 2026

- **Freddies beste Jahre: Der Spiegel-Bestseller jetzt als Taschenbuch, ergänzt um neue Details**
- **Bavarian Rhapsody: Ein umfassendes Porträt von Mercurys Münchner Jahren – sensibel, sachlich und intim**
- **Am 5. September 2026 wäre Freddie Mercurys 80. Geburtstag gewesen, am 24. November 2026 ist sein 35. Todestag**

Bavarian Rhapsody: Freddies beste Jahre in München

Freddie Mercury war eine der schillerndsten Figuren der Rockgeschichte. Exzentrisch und schüchtern, ausschweifend und bescheiden. Über kaum einen Rockstar wurde so viel berichtet wie über den Frontmann von Queen, doch über seine Jahre in München von 1979 bis 1985 ist wenig bekannt. Der Literatur- und Musikkritiker Nicola Bardola ändert dies mit diesem Buch. Es schildert Monat für Monat, manchmal Tag für Tag Freddies genussvollen Lebensstil in der Isarmetropole. Die Münchner Freund*innen und Liebhaber*innen und die damals international bekannte Clubszene sowie Drogenpartys stehen dabei ebenso im Mittelpunkt wie seine musikalischen Ambitionen.

Mit über 100 Schwarz-Weiß-Abbildungen, 16-seitigem Farbbildteil und zwei Stadtkarten, auf denen Mercurys Stationen in München eingezeichnet sind, ist dieses Buch ein Must-Have für alle Queen-Fans.

Mercury in München
von Nicola Bardola

Originalverlag: Heyne Hardcore

Erscheinungstermin: 15.07.2026

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50

432 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Klappenbroschur

WG: 2973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/
Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-60755-2



9 783453 607552

Urheber



© Nicole Langholz

Daniel Rudolf, geb. 1982, kümmert sich als Butler um das tägliche Wohl und auch um oft ziemlich kapriziöse Bedürfnisse der Superreichen. Der gelernte Koch konnte durch seine Flexibilität und Leidenschaft für den Beruf in den verschiedensten Ländern und den besten Restaurants der Welt Erfahrungen sammeln. Inzwischen lebt er auf Mallorca, wo er mit seinem Unternehmen »Xclusive Mallorca« maßgeschneiderten Service für wohlhabende Menschen liefert. Zu seinen Kunden gehörten u.a. Oprah Winfrey, Hugh Grant sowie zahlreiche Sportler, Designer und andere Millionäre.



Paperback

November 2026

- Schampus, Yachten, Mega-Parties: Willkommen in der Welt der »crazy rich«
- Luxus-Butler Daniel Rudolf ist so nah dran am Leben der Superreichen wie kaum ein anderer: Ein genauso unterhaltsamer wie verblüffender Blick durchs Schlüsselloch, von einem, der jeden noch so skurrilen Wunsch erfüllt
- »Geht nicht, gibt's nicht« ist das beste Credo, wenn es darum geht, schnell mal eine Birkin Bag zu organisieren, für die es im Normalfall eine jahrelange Warteliste gibt...

Ein winterlicher Garten in voller Blüte? Kommt sofort. Spitzenplätze in einem komplett ausverkauften Stadion? Schon gebucht. Oder lieber ein festlich geschmückter Weihnachtsbaum aus dem Sortiment von Harrods für 40 000 Euro spontan in die Schweiz geliefert? Ist bereits unterwegs!

Luxus-Probleme dieser Art sind das Spezialgebiet von Daniel Rudolf. Als Butler für Milliardäre, Promis, VIPs und Hochadel ist er der Allround-Dienstleister, der alle Wünsche erfüllt, wirklich alle – denn: Daniel Rudolf weiß, wie es geht. Doch damit das Unmögliche möglich wird, braucht man Kreativität, Ehrgeiz und oft eine gehörige Portion Unerschrockenheit... In diesem Buch gibt der Promi-Butler nie dagewesene Einblicke in die skurrile Welt der Superreichen, und zeigt dabei, dass nicht alles Gold ist, was glänzt.

Sonst noch Wünsche?

von Daniel Rudolf

Erscheinungstermin: 11.11.2026

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50

ca. 304 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Klappenbroschur, 8 S. Farbbildteil

WG: 1971 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Biographien, Autobiographien

ISBN/GTIN: 978-3-453-60750-7



Referenztitel



Peter von Becker
»Ich bin ein Magnet für alle Verrückten«
 Hardcover 24,00 € [D]
 ET: 24.09.25

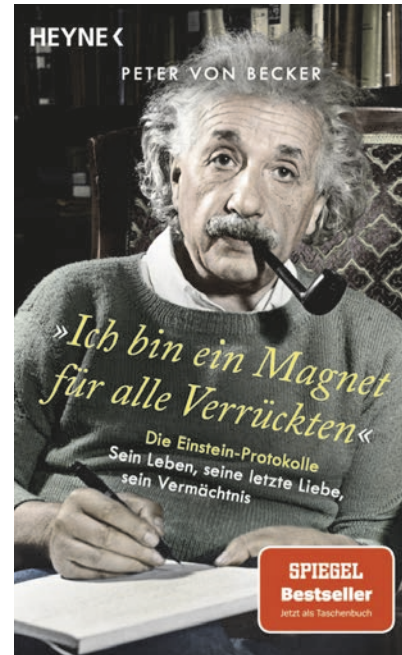


Urheber



© David von Becker

Peter von Becker lebt als Publizist und Schriftsteller in Berlin. Nach Veröffentlichungen u.a. in der Süddeutschen Zeitung, der ZEIT und FAZ war er Mitherausgeber der Zeitschrift Theater heute und Feuilletonchef des Tagesspiegels. Er lehrte an der Berliner Universität der Künste, ist Autor von Romanen, Lyrik, einem Theaterstück und den Drehbüchern für die international erfolgreiche Fernsehserie »Das Jahrhundert des Theaters«. Zuletzt erschien von ihm im Frühjahr 2025 die Neufassung der Biografie »Eduard Arnhold. Reichtum verpflichtet – Der Unternehmer und Kunstmäzen«.



Februar 2027

- Einsteins letzte Worte – der Spiegel-Bestseller jetzt im Taschenbuch
- Seine enge Freundin Johanna Fantova hielt Einsteins Aussagen aus ihren täglichen Gesprächen fest – einzigartige Einblicke in Alltag und Gedankenwelt des Jahrhundert-Genies
- Ein Zeugnis der Zeit – und gleichzeitig so aktuell wie nie

EMPFEHLUNGSTITEL

Es ist ein Tagebuch seiner letzten Jahre – Albert Einsteins Freundin Johanna Fantova protokollierte, was er ihr Tag für Tag spontan anvertraute. Die hier erstmals im Wortlaut veröffentlichten Gedanken zu Wissenschaft, Politik und Liebe ergeben das einzigartige Vermächtnis des Jahrhundertgenies. Bis wenige Tage vor seinem Tod im Frühjahr 1955 spricht Einstein voller Witz und Weisheit.

Daraus entsteht ein Zeitpanorama von berührender Aktualität. Amerikas innere Zerrissenheit, der Konflikt zwischen Israelis und Palästinensern, Aufrüstung und neue Kriegsgefahren zwischen Ost und West und die Rolle der Deutschen im langen Schatten der NS-Vergangenheit: Bei all diesen Themen trifft Einsteins Hellsicht immer wieder auch ins Herz unserer Gegenwart.

»Ich bin ein Magnet für alle Verrückten«

von Peter von Becker

Originalverlag: Heyne HC

Erscheinungstermin: 10.02.2027

€ (D) 14,00 / € (A) 14,40 / CHF 20,50

256 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm

Taschenbuch, Broschur, mit Fotos

WG: 2941 Sachbücher/Geschichte/Biographien, Autobiographien

ISBN/GTIN: 978-3-453-60751-4



Referenztitel



Heyne Verlag
Wer weiß denn sowas? 7
 Taschenbuch 12,00 € [D]
 ET: 16.10.24
Band 7



9 783453 607026



Wer weiß denn sowas? 5
 Taschenbuch 10,00 € [D]
 ET: 13.10.22
Band 5



9 783453 606319



Wilhelm Heyne Verlag
Wer weiß denn sowas? 6
 Taschenbuch 10,00 € [D]
 ET: 11.10.23
Band 6



9 783453 606609



November 2026

- Die neuesten überraschenden, kuriosen und witzigen Antworten zu über 150 kniffligen Fragen – zum Mitraten und Staunen
- Erscheint pünktlich zur neuen Staffel der beliebten ARD-Quizshow
- Über 500.000 verkaufte *Wer weiß denn sowas?*-Bücher zur erfolgreichsten Vorabend-Quizshow aller Zeiten

Warum tragen manche Rugbyspieler eine goldene Hose? Wozu dienen die typischen Rillen bei einer frisch präparierten Skipiste? Was macht ein Unternehmen zu einem „Zebra“? Über 150 neue überraschende Fragen und Antworten aus der erfolgreichen Quiz-Show mit Kai Pflaume, Bernhard Hoëcker und Wotan Wilke Möhring. Raten Sie mit und erfahren dabei kuriose, nützliche und informative Fakten aus allen Wissensgebieten!

Wer weiß denn sowas? Band 8
 von Heyne Verlag

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 04.11.2026

€ (D) 12,00 / € (A) 12,40 / CHF 17,50

ca. 320 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm

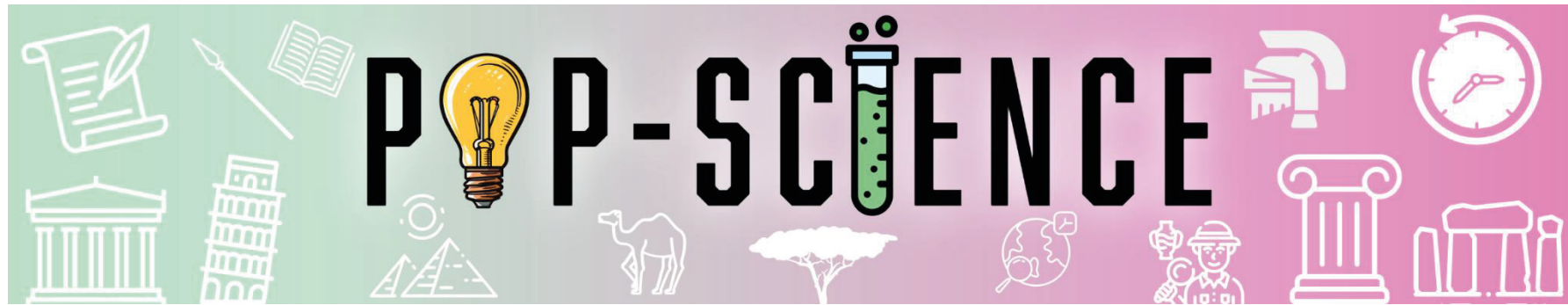
Taschenbuch, Klappenbroschur, 78 s/w Abbildungen

WG: 2910 Sachbücher/Lexika, Nachschlagewerke

ISBN/GTIN: 978-3-453-60758-3



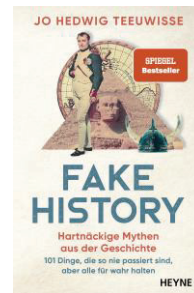
9 783453 607583



Ein Tag im Alten Rom
978-3-442-14335-1
 € 14,00 [D] | € 14,40 [A] CHF 20,50*
 12.08.2026



Geheimnisse aus der Geschichte
978-3-453-60710-1
 € 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*
 01.10.2025



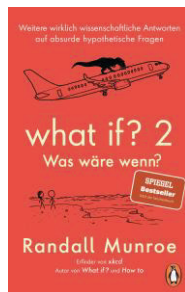
Fake History – Hartnäckige Mythen aus der Geschichte
978-3-453-60661-6
 € 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*
 15.11.2023



Warum wir nicht durch Wände gehen
978-3-442-14323-8
 € 14,00 [D] | € 14,40 [A] CHF 20,50*
 21.01.2026



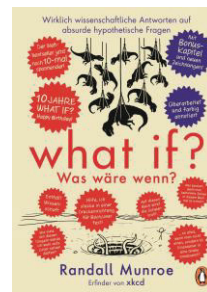
Düstere Geheimnisse
978-3-328-11343-0
 € 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*
 15.10.2025



What if? 2 - Was wäre wenn?
978-3-328-11265-5
 € 14,00 [D] | € 14,40 [A] CHF 20,50*
 15.10.2025



Darwin gefällt das
978-3-442-14310-8
 € 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*
 27.11.2024



What if? Was wäre wenn?
 Jubiläumsausgabe: Wirklich wissenschaftliche Antworten auf absurde hypothetische Fragen
978-3-641-32811-5



Was hat die Mücke je für uns getan?
978-3-453-60680-7
 € 13,00 [D] | € 13,40 [A] CHF 18,50*
 15.05.2024



Böse Bäume
978-3-442-31676-2
 € 12,00 [D] | € 12,40 [A] CHF 17,50*
 09.11.2022



Referenztitel



Geheimnisse aus der Geschichte
Taschenbuch 16,00 € [D]
ET: 01.10.25



9 783453 607101



Fake History – Hartnäckige Mythen aus der Geschichte
Paperback 18,00 € [D]
ET: 15.11.23



9 783453 606616

Urheber

Garrett Ryan promovierte in griechischer und römischer Geschichte an der University of Michigan. Neben seiner Lehrtätigkeit an mehreren Universitäten und der Veröffentlichung zahlreicher wissenschaftlicher Arbeiten, macht er die Antike auf seiner Website toldinstone.com und seinem gleichnamigen YouTube-Kanal für über 600.000 Abonnenten lebendig.



Warum trugen die alten Griechen oder Römer keine Hosen? Nutzten sie Verhütungsmittel und wie wahrscheinlich war es, dass sie eine Operation überlebten?

Der Historiker Garrett Ryan beantwortet auf unterhaltsame Weise ungewöhnliche Fragen zum Alltag in der Antike. Statt sich auf berühmte Herrscher oder Schlachten zu konzentrieren, beleuchtet er spannende Details wie Kleidung, Ernährung, Glaubensvorstellungen und Freizeitgewohnheiten der Griechen und Römer. Ideal für alle, die Geschichte humorvoll und anschaulich entdecken möchten.

Antike unzensiert
von Garrett Ryan
Übersetzer: Ralf Pannowitsch

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 19.08.2026

Paperback

August 2026

- **Warum trugen die alten Römer keine Hosen? Wie fingen sie Tiere für das Kolosseum? Und wie viel Wein tranken sie wirklich? – Humorvolles Alltagswissen aus der Antike**
- **Bestes Infotainment für Fakten-sammler und Geschichtsbegeisterte, für alle Fans von „Fake History“ und „Geheimnisse aus der Geschichte“**
- **Historiker Garret Ryan begeistert auf seinem YouTube-Kanal „toldinstone“ über 600.000 Abonnenten**

EMPFEHLUNGSTITEL

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50

ca. 288 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Klappenbroschur

WG: 2973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/
Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-60756-9



9 783453 607569

Referenztitel



Dr. med. Ulrich Strunz
Die Amino-Revolution
Quality Paperback 22,00 € [D]
ET: 15.03.21

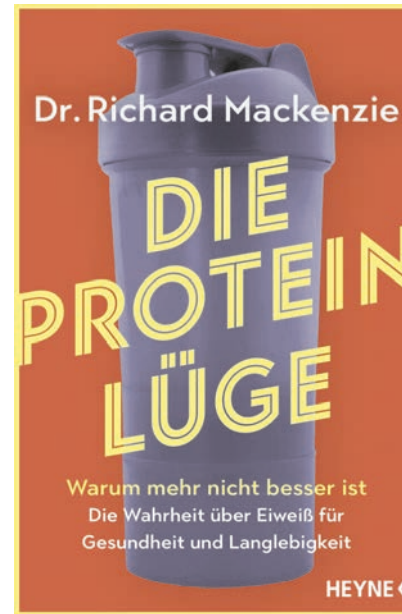


Jessie Inchauspé
Der Glukose-Trick
Taschenbuch 14,00 € [D]
ET: 10.01.22



Urheber

Dr. Richard Mackenzie ist Experte für Glukosestoffwechsel, Insulinresistenz, Hormone und Aminosäuren. Er forscht an der Coventry University sowie an der Universitätsklinik Coventry und Warwick NHS Trust zu den Themen menschlicher Stoffwechsel, Adipositas, Diabetes und Leistungssport. Zudem leitet er den Bereich für Stoffwechselgesundheit einer Klinik, wo er Menschen mit verschiedenen gesundheitlichen Problemen zu einem besseren Verständnis ihres Stoffwechsels verhilft. Darüber hinaus arbeitet Mackenzie mit Sportler*innen zusammen, um ihre aerobe und metabolische Leistungsfähigkeit zu verbessern.



Paperback

November 2026

- **Der ultimative Protein-Guide:**
Wie wirkt es in unserem Körper? Wie groß ist mein Bedarf wirklich? Brauche ich Proteinpulver und -shakes?
- **Wundermittel oder Kommerz?**
Die Wahrheit hinter dem Protein-Hype
- **Gewusst, wie es wirklich geht:** mit vielen praktischen Tipps zum Abnehmen, Muskelaufbau und gesunden Altern

Wir leben in einer Protein-fixierten Welt. Proteine gelten als wichtigster Nährstoff für Gewichtsabnahme, Muskelaufbau und optimales Wohlbefinden. Im Supermarkt und auf Social Media werden wir mit Werbung für High-Protein-Produkte, Eiweißshakes und Nahrungsergänzungsmittel überschüttet. Aber mehr Protein ist nicht das Wundermittel für die Gesundheit, als das es uns verkauft wird. Tatsächlich stammen viele der Behauptungen über die scheinbar unbegrenzten gesundheitlichen Vorteile von Protein von Lebensmittelunternehmen, die nur ein Ziel vor Augen haben: Profit. Die Wahrheit über Protein ist komplexer – und beruhigender. Dr. Richard Mackenzie erklärt, was Protein ist, wie es in unserem Körper wirkt und wie viel Protein wir wirklich brauchen – abhängig von unserer individuellen Gesundheit und unseren Wünschen und Zielen. Basierend auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen zeigt er, was wirklich hinter dem Protein-Hype steckt, und gibt praktische Tipps für die eigene Proteinzufuhr.

Die Protein-Lüge
von Richard Mackenzie
Übersetzer: Max Limper

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 11.11.2026

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50

ca. 288 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Klappenbroschur

WG: 1973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/
Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-60757-6



Referenztitel



Dr. med. Ulrich Strunz
77 Tipps für mehr Kraft und Ausdauer
 Taschenbuch 13,00 € [D]
 ET: 20.12.23



Daniela Katzenberger
Katze goes Muskelkater
 Hardcover 25,00 € [D]
 ET: 28.01.26



Urheberin



© simplypics-photography.com

Lisa Linn ist Weltmeisterin im Natural Bodybuilding, Coachin und Unternehmerin. Sie verbindet Trainingswissenschaft, Ernährungslehre und mentale Stärke zu einem ganzheitlichen Konzept für Frauen. Ihr Ansatz „Body- & Spiritbuilding“ zeigt, wie sich ein starker Körper und innere Balance vereinen lassen – ohne Diätzwang, sondern mit Achtsamkeit und Selbstführung. Heute begleitet sie Frauen online und offline, hält Vorträge und inspiriert dazu, sich im eigenen Körper wieder zuhause zu fühlen.



Paperback

Dezember 2026

- Lisa Linn, Weltmeisterin im Natural Bodybuilding, lebt vor, wie Frauen ihre Figur formen und gleichzeitig Gesundheit und innere Stärke fördern können
- Neuer ganzheitlicher Ansatz: Krafttraining kombiniert mit Ernährungsstrategie und Training für mentale Stärke – für nachhaltige Ergebnisse ohne Extreme und Verzicht
- Für Frauen, die Diäten endlich hinter sich lassen wollen und Fitness nicht als Zwang, sondern als Lifestyle verstehen

Der Begleiter für Frauen, die genug von Diäten und Fitness-Extremen haben und einen nachhaltigen Weg zu ihrem Wunschkörper suchen. Bodybuilderin und Fitnesscoach Lisa Linn bietet eine einzigartige Kombination aus Krafttraining, Ernährung, mentaler Stärke und Achtsamkeit – speziell für Frauen, die sich stark, definiert und gleichzeitig verbunden mit sich selbst fühlen wollen. Statt starrer Regeln gibt es flexible Routinen, die Muskeln formen, Energie schenken und Selbstbewusstsein stärken. Fitness wird hier von der Expertin neu gedacht: feminin, gesund und alltagstauglich.

Das Buch für alle, die Fitness nicht als Zwang, sondern als Lifestyle verstehen.

Stärke steht dir
 von Lisa-Marie Linn

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 10.12.2026

€ (D) 20,00 / € (A) 20,60 / CHF 28,50

ca. 256 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Klappenbroschur, mit Abb.

WG: 2464 Ratgeber/Gesundheit/Fitness, Aerobic, Bodybuilding, Gymnastik

ISBN/GTIN: 978-3-453-60741-5



Referenztitel



Dietrich Grönemeyer
Leben ohne Angst
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 11.09.24



9 783453 281684



Dietrich Grönemeyer
Demenz
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 17.09.25



9 783453 281691

Urheber



© Christian Martin Weiß

Prof. Dr. med. Dietrich Grönemeyer ist einer der bekanntesten Ärzte Deutschlands und emeritierter Lehrstuhlinhaber für Radiologie und Mikrotherapie der Universität Witten/Herdecke. Er lebt mit Begeisterung im Ruhrgebiet und leitet seit 30 Jahren das Grönemeyer Institut in Bochum. Seit Jahrzehnten setzt er sich für Aufklärung, Vorsorge und für ein langes und wohlbedingliches Leben ein. Er ist leidenschaftlicher Verfechter der Weltmedizin, einer Integration von Natur- und Schulmedizin inkl. der psychosomatisch-sozialen, der HighTech- und Umwelt-Medizin. Grönemeyer ist nicht nur ein herausragender Arzt und Wissenschaftler, sondern auch Autor zahlreicher Bestseller. Seine Bücher wurden in rund 20 Sprachen übersetzt.

Februar 2027



- **Keine Angst vor dem Leben!**
Der Spiegelbestseller jetzt als Taschenbuch – Gesamtauflage Dietrich Grönemeyer über 1 Million
- **Warum und wovor wir Angst verspüren**
– und wie wir uns physisch und psychisch stärken können, um Lebensfreude und -qualität zurückzugewinnen
- **Der Bestsellergarant und bekannte Arzt Dietrich Grönemeyer zeigt mit seiner ganzheitlichen Herangehensweise wirk-same Strategien auf der Grundlage neu-ester wissenschaftlicher Erkenntnisse**

Angst ist allgegenwärtig: Wirtschaftliche Unsicherheit, Kriege, ständiger Stress, Sorgen um unsere Gesundheit und unsere Zukunft – Ängste sind belastend, sie zermürben und rauben uns zunehmend die Lebensfreude.

Mit seiner langjährigen medizinischen Expertise, sehr persönlichen Erfahrungen und einfühlsamen Herangehensweise zeigt uns Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer einen Weg, wie wir diese Angst nicht nur verstehen, sondern wie jeder von uns sie auch produktiv nutzen kann. Mit individuellen Entlastungsstrategien können wir zurückgewinnen, was uns trotz allem gut leben lässt: Zuversicht, Selbstwirksamkeit und die pure Freude am Leben.

Leben ohne Angst
von Dietrich Grönemeyer

Originalverlag: Ludwig

Erscheinungstermin: 10.02.2027

€ (D) 15,00 / € (A) 15,50 / CHF 21,50

272 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm

Taschenbuch, Broschur, 3 s/w Abbildungen

WG: 2973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/
Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-60752-1



9 783453 607521

Referenztitel



Dr. med. Bernd Guzek
So kommt der Kopf zur Ruhe
Taschenbuch 13,00 € [D]
ET: 15.07.26



Gaby Guzek; Lisa Guzek
Suchtrisiko ADHS – Wenn das Gehirn nicht anders kann
Taschenbuch 14,00 € [D]
ET: 15.07.26



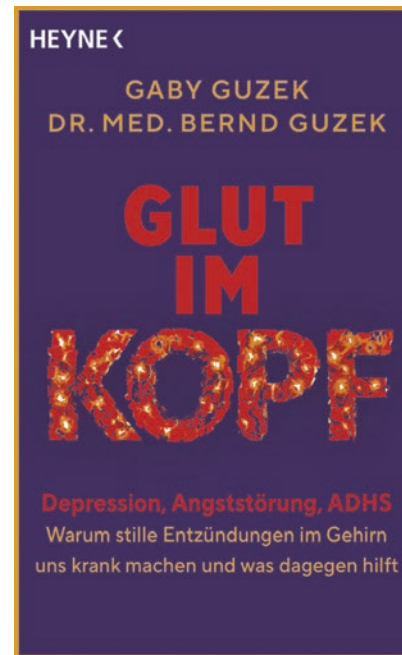
Gaby Guzek
Die Suchtlüge
Taschenbuch 14,00 € [D]
ET: 15.11.23



Urheber*in

Gaby Guzek, geboren 1967, arbeitete nach ihrem Studium unter anderem bei der »Frankfurter Allgemeinen Zeitung« und der Fachzeitschrift »Die Neue Ärztliche«. Seit mehr als 30 Jahren ist sie Fachjournalistin für Wissenschaft und Medizin. 2020 veröffentlichte sie im Eigenverlag ihr Buch »Alkohol adé«. Heute steht Gaby Guzek als Coach Alkoholsüchtigen zur Seite und hilft ihnen dabei, ihre Sucht nachhaltig zu besiegen. Sie lebt in Kärnten.

Dr. med. Bernd Guzek, geboren 1955, ist gelernter Krankenpfleger und approbierter Arzt. Nach dem Medizinstudium schlug er den Weg in den Wissenschafts- und Medizinjournalismus ein, er ist Autor diverser Fachbücher u.a für Medizinstudenten.



März 2027

- Die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse zum Zusammenhang von Ernährung und psychischer Gesundheit
- Krankheiten vorbeugen, mentale Gesundheit verbessern, Lebensqualität gewinnen – mit konkreten, leicht umsetzbaren Tipps
- Von der Autorin von „Die Suchtlüge“ und „Suchtrisiko ADHS“

Psychische Erkrankungen wie Depressionen, Angststörungen, Burnout und bipolare Störungen betreffen Millionen Menschen. Häufig sind stille Entzündungen im Gehirn und chronischer Energiemangel – auch als „Hirndiabetes“ bekannt – die wahren Ursachen dieser Leiden. Mit wissenschaftlicher Präzision und leicht verständlich erklären die Gesundheitsexperten Dr. med. Bernd und Gaby Guzek, wie diese Entzündungen entstehen und warum sie die Wurzel vieler psychischer Erkrankungen sind. Mit konkreten, umsetzbaren Tipps, die nachweislich zur Heilung beitragen – so können Sie Ihre psychische Gesundheit nachhaltig verbessern und ein neues Lebensgefühl gewinnen.

Glut im Kopf
von Gaby Guzek; Bernd Guzek

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 10.03.2027

€ (D) 15,00 / € (A) 15,50 / CHF 21,50
ca. 224 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm
Taschenbuch, Broschur
WG: 2933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

ISBN/GTIN: 978-3-453-60746-0



Referenztitel



Eckstein
Um die Ecke gedacht 28
Taschenbuch 12,00 € [D]
ET: 11.03.26
Band 28



9 783453 607194



Eckstein
Um die Ecke gedacht 26
Taschenbuch 10,00 € [D]
ET: 11.04.24
Band 26



9 783453 606869



Eckstein
Um die Ecke gedacht 27
Taschenbuch 10,00 € [D]
ET: 12.03.25
Band 27



9 783453 606999



März 2027

- **Eckstein ist Kult!**
- **Die neuesten 66 Rätsel aus der »ZEIT« für ambitionierte Denksportler**
- **Über 1 Million verkaufte Eckstein-Bücher bei Heyne**

Urheber*in

Auch der Autor bleibt eine rätselhafte Figur – ganz so, wie es sich in diesem Genre gehört. Fest steht lediglich: Eckstein bleibt Eckstein!

Gut, besser, Eckstein – Gehirnakrobatik für Profis

Waagrecht 7: Der Edel-Kern vom Tüfteln, Rätseln, Erlogeln* – Hätten Sie's gewusst? Woche für Woche wird in der ZEIT um die Ecke gedacht. Für alle Gehirnakrobaten, Rätselprofis und Tüftelsüchtigen geht Eckstein in eine neue Runde: Hier sind die neuesten 66 Rätsel in einem Band zusammengestellt. Ob daheim, zwischendurch oder unterwegs – nehmen Sie die Herausforderung an! Und wer ausnahmsweise einmal nicht fündig geworden ist, findet die (Er-)Lösung wie gewohnt im Anhang in Spiegelschrift.

Um die Ecke gedacht 29
von Eckstein

Originalverlag: S. Fischer

Erscheinungstermin: 10.03.2027

€ (D) 12,00 / € (A) 12,40 / CHF 17,50

ca. 152 Seiten, Format 12,5 x 18,0 cm
Taschenbuch, Broschur

WG: 2416 Ratgeber/Hobby, Haus/Spielen, Raten

ISBN/GTIN: 978-3-453-60754-5



9 783453 607545

Unsere aktuellen Toptitel

HEYNE <

ÜBER 500.000 VERKAUFTE EXPL.



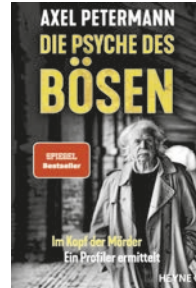
Der Glukose-Trick
978-3-453-60599-2

€ 14,00 [D] | € 14,40 [A] CHF 20,50*



Der Cortisol-Effekt
978-3-453-60713-2

€ 15,00 [D] | € 15,50 [A] CHF 21,50*



Die Psyche des Bösen
978-3-453-60677-7

€ 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*



Wenn der rechte Rand regiert
978-3-453-60735-4

€ 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*



Rechtsruck im Klassenzimmer
978-3-453-60738-5

€ 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*



Das Geheimnis eines fucking guten Lebens
978-3-453-60731-6

€ 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*



Die Krise liebt Frauen wie dich
978-3-453-60727-9

€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Die Entdeckung der Unendlichkeit
978-3-453-60742-2

€ 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*



Wilde Schwäne
978-3-453-60743-9

€ 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*



"Die Sonne scheint immer. Für die Wolken kann ich nichts."
978-3-453-60740-8

€ 14,00 [D] | € 14,40 [A] CHF 20,50*



Unsere aktuellen Toptitel

LUDWIG



Nimm. Dir. Zeit.
978-3-453-28181-3
 € 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



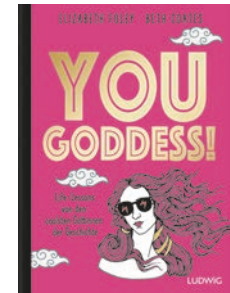
Freiheit unter Feuer
978-3-453-28186-8
 € 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*



Mission Erde – Die Welt ist es wert, um sie zu kämpfen
978-3-453-28141-7
 € 25,00 [D] | € 25,70 [A] CHF 34,50*



Demenz
978-3-453-28169-1
 € 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



You Goddess!
978-3-453-28185-1
 € 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



Buchenleben
978-3-453-28151-6
 € 23,00 [D] | € 23,70 [A] CHF 31,90*



Weisheiten aus »Das geheime Leben der Bäume«
978-3-453-28177-6
 € 19,00 [D] | € 19,60 [A] CHF 26,90*



Das geheime Leben der Bäume
978-3-453-28088-5
 € 34,00 [D] | € 35,00 [A] CHF 45,50*



GRAPHIC NOVEL DES BESTSELLERS



Das geheime Leben der Bäume
978-3-453-28160-8
 € 30,00 [D] | € 30,90 [A] CHF 40,90*



ÜBER 200.000 VERKAUFTE EX.



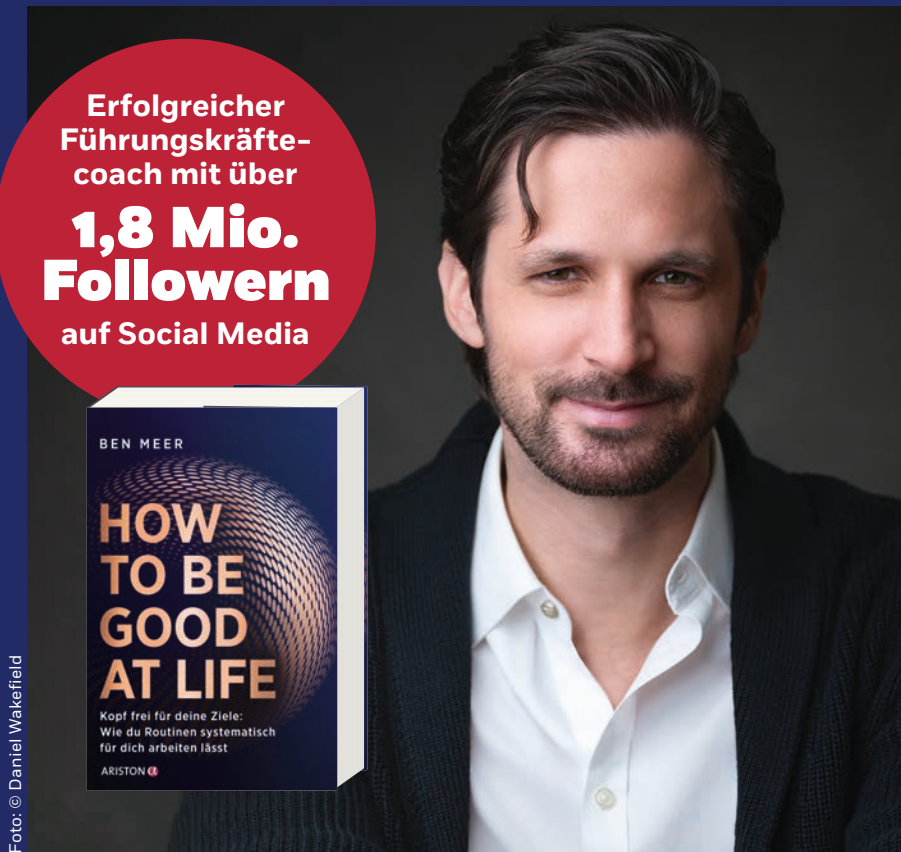
Das geheime Leben der Bäume
978-3-453-60432-2
 € 13,00 [D] | € 13,40 [A] CHF 18,50*



ARISTON 

Spitzentitel-Marketing

für die lebensverändernde Methode von Ben Meer



Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:



Social Media



Website/Newsletter

Online-Werbung

- Meta Ads
- TikTok Ads
- Programmatic Ads
- Google Demand Gen

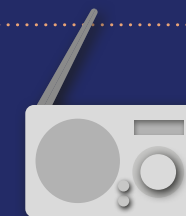


Zielgruppen-
genaue Print-,
Online- und Social-
Media-Kampagne
**mit hoher
Reichweite**



Print-Werbung

Anzeigen in Magazinen wie
Business Punk, *brand eins*
und *Psychologie Heute*



Radio/Podcast

Podcast-Ads im Umfeld
Psychologie/Lebenshilfe/
Selbstoptimierung

Referenztitel



Dr. Boris Nikolai Konrad
Mehr Platz im Gehirn
Quality Paperback 18,00 € [D]
ET: 18.04.22



9 783424 202489



James Clear
Die 1%-Methode – Minimale Veränderung, maximale Wirkung
Paperback 17,00 € [D]
ET: 27.04.20



9 783442 178582

Urheber



© Daniel Wakefield

Ben Meer hält einen Master of Business Administration der Cornell University und ist als Autor und Speaker darauf spezialisiert, wie man Gewohnheiten zu ganzheitlichen Systemen werden lässt, die die Lebensqualität nachhaltig verbessern. Sein Newsletter „System Sunday“ erreicht wöchentlich 250.000 Abonnenten und gilt als einer der am schnellsten wachsenden Newsletter zum Thema persönliche Weiterentwicklung. In den sozialen Medien folgen ihm über 1,8 Millionen Follower*innen, fast 1 Million davon auf LinkedIn. Er coacht Führungskräfte und Gründer und lebt mit seiner Familie in Vermont.



Paperback

Oktober 2026

- Wie du neue Gewohnheiten mit minimalem Aufwand zu selbstlaufenden Systemen werden lässt - mit vielen praktischen Tipps zum Sofort-Loslegen
- »Gewohnheiten sind nur Bausteine für ein besseres Leben, Systeme sind die Architektur, die sie zusammenfügen.« *Ben Meer*
- Ben Meer ist renommierter Berater von Gründern und Top-Führungskräften und Gründer des erfolgreichen Newsletters *System Sundays*

SPITZENTITEL

Große Lebensziele und mehr Leichtigkeit im Alltag fühlen sich oft unerreichbar an, denn unsere Tage sind gefüllt mit Entscheidungen und Verpflichtungen. Erfolgreiche Menschen haben aber nicht einfach mehr Willenskraft als andere, sondern einen Trick: sie arbeiten mit System. Ben Meer, Experte für Gewohnheitsentwicklung, zeigt uns, wie wir in fünf Schritten Systeme aufbauen, die uns unsere Ziele spielend leicht erreichen lassen – durch zeitsparende Routinen für den Alltag und Pläne für konkrete Ziele wie einen neuen Job, einen erfolgreichen Marathon oder einen Traumurlaub. Mit Hintergrundinfos aus Psychologie und Wissenschaft führt er uns an eine lebensverändernde Alltagsgestaltung heran, die mehr Zeit und weniger Stress schenkt und dafür sorgt, dass wir mit minimalem Aufwand Meilensteine erreichen und dabei den Alltag optimal meistern.

How to Be Good at Life

von Ben Meer

Übersetzer: Daniela Jarzynka

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 07.10.2026

€ (D) 20,00 / € (A) 20,60 / CHF 28,50

ca. 288 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Quality Paperback, Klappenbroschur

WG: 1933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

ISBN/GTIN: 978-3-424-20330-1



9 783424 203301

Referenztitel



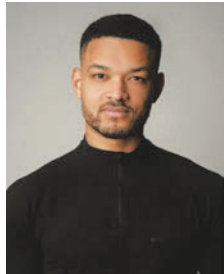
Steven Bartlett
The Diary of a CEO – Die Entdeckung des Erfolgs
Quality Paperback 22,00 € [D]
ET: 20.03.24



Steven Bartlett
Happy Sexy Millionaire
Quality Paperback 20,00 € [D]
ET: 30.07.25



Urheber



© Olivia Spencer

Steven Bartlett gründete im Alter von 22 Jahren sein erstes Unternehmen, eine Agentur für digitales Marketing, die 5 Jahre später an die Börse ging und heute über 300 Millionen Dollar wert ist. So ist es kein Wunder, dass er der jüngste Löwe in der britischen Ausgabe von »Die Höhle der Löwen« wurde. Heute ist er ein weltweit gefragter Speaker und Berater sowie Host des Podcasts *The Diary of a CEO* mit über 20 Millionen Followern auf YouTube, Instagram und Co. Im Jahr 2025 rangiert *The Diary of a CEO* auf Nummer 2 der unabhängigen Podcasts weltweit. Das gleichnamige Buch wurde in 42 Sprachen übersetzt und hat sich 1,2 Millionen Mal verkauft.

September 2026



- Das Manifest für alle, die einen unerfüllten Traum hegen - mutig, direkt, praxisnah
- Ein Buch, das man nicht nur liest, sondern lebt - mit Steven Bartlett als Personal Trainer
- Bestseller-Autor Steven Bartlett hat über 20 Millionen Follower auf Instagram, YouTube und Co.

Es gibt nur zwei Arten von Menschen. Die eine liest Bücher über Veränderung. Die andere setzt sie um. Dieses Buch ist für die Macher – und für alle, die es werden wollen. Erfolgs-Podcaster Steven Bartlett führte in *The Diary of a CEO* Interviews mit Spionen, Wissenschaftlern, Mönchen, Milliardären und Gescheiterten und entdeckte dabei eine grundlegende Wahrheit: Was uns auf dem Weg zu persönlicher Erfüllung und Erfolg ausbremst, ist kein Mangel an Talent, Glück, Geld oder Reife, sondern nur eine mentale Blockade. Ob wir sie überwinden, liegt allein an uns.

*Just F*cking Do It* verbindet die persönlichen Erkenntnisse der größten Macher unserer Zeit mit den Lehren aus der Verhaltenswissenschaft. Es zeigt, wie wir die Angst vor dem Unbekannten überwinden und uns mutig ins Abenteuer stürzen. Dieses Buch ist dein Weckruf - wirst du ihm folgen?

Just F*cking Do It
von Steven Bartlett
Übersetzer: Jordan Wegberg

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 09.09.2026

€ (D) 22,00 / € (A) 22,70 / CHF 30,90
ca. 288 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm
Quality Paperback, Klappenbroschur
WG: 1933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

ISBN/GTIN: 978-3-424-20332-5



Referenztitel



Karolien Notebaert
Vom Glück der richtigen Gedanken
Quality Paperback 18,00 € [D]
ET: 26.06.24



Urheberin



© carolamichaela fotografie

Linda Meixner ist Jahrgang 1989 und ist somit Teil einer Generation, die erstmals mit Smartphones in Kontakt kam. Sie wurde aktiver, sehr erfolgreicher Teil der Social-Media-Welt, bis sie eines Tages merkte, dass das Smartphone ihr Leben bestimmte, und die Reißleine zog. Ihr Offline-Gehen veränderte ihr Leben. 2023 gründete sie das Offline-Institut und veranstaltet seither unter anderem Offline-Retreats in den österreichischen Bergen, die den Teilnehmern einen gesünderen Umgang mit Smartphone und Online-Welt nahebringt. Außerdem ist sie als Speakerin tätig und veranstaltet Workshops zu ihrem Thema. Ihre Mission ist es, dass wir als Gesellschaft den Blick wieder auf das Wesentliche lenken und langfristig eine Balance zwischen Offlinewelt und Onlinewelt herstellen, die Glück, Erfüllung und echte Verbundenheit mit anderen ermöglicht.



September 2026



- Ein überzeugendes Plädoyer für eine gute Balance zwischen Offline und Online - mit vielen praktischen Tipps für die persönliche digitale Detox
- Der packende Erfahrungsbericht des Smartphone-Entzugs von Linda Meixner - Gründerin des Offline Instituts und gefragte Speakerin zum Thema gesunde Smartphone-Nutzung
- »Eine moderne Momo - bringt den Menschen die Lebenszeit zurück«
Vogue

TRENDTHEMA

Das Smartphone ist im Alltag nicht mehr wegzudenken. Längst schon schadet die überbordende Nutzung nicht nur den Jungen, sondern allen Generationen. Linda Meixner, Creatorin und Unternehmerin, kennt dieses Problem aus eigener Erfahrung. Als ihr Alltag immer stärker von digitalen Rhythmen geprägt wird, fragt sie sich: Wer bin ich eigentlich, wenn all das wegfällt? Sie geht begleitet durch eine systemische Psychotherapie monatelang offline und verändert danach ihr digitales Leben radikal.

In *Das Offline-Manifest* erzählt sie von ihrer Erfahrung und untersucht mit wissenschaftlich begründetem Blick unser smartphonebasiertes Leben. Sie ergründet, was passieren wird, wenn wir weitermachen wie bisher, und gibt wichtige Impulse aus der Arbeit ihres Unternehmens *Offline Institute*, wie ein gesunder, ausgewogener Umgang mit dem Smartphone gelingt.

Das Offline-Manifest
von Linda Meixner

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 16.09.2026

€ (D) 22,00 / € (A) 22,70 / CHF 30,90

ca. 240 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm
Hardcover, Pappband

WG: 1933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

ISBN/GTIN: 978-3-424-20334-9



Referenztitel



Hans-Otto Thomashoff
Mehr Hirn in die Politik
Quality Paperback 18,00 € [D]
ET: 26.04.21



Hans-Otto Thomashoff
Das gelungene Ich
Hardcover 19,99 € [D]
ET: 02.10.17



Hans-Otto Thomashoff
Ich suchte das Glück und fand die Zufriedenheit
Hardcover 19,99 € [D]
ET: 06.10.14



Franziska Hohmann; Nina Faecke
Gut, dass du nicht mehr da bist
Paperback 16,00 € [D]
ET: 10.09.25



Urheber



© @2bea regina schulz

Hans-Otto Thomashoff ist Facharzt für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychoanalyse in eigener Praxis in Wien sowie promovierter Kunsthistoriker und Naturfotograf. Er ist Ehrenmitglied des Weltpsychiatrieverbandes, Aufsichtsratsmitglied in der Sigmund-Freud-Privatstiftung und Mitglied des internationalen P.E.N.-Clubs. Außerdem ist er Autor zahlreicher Sachbücher und Fachpublikationen.



Paperback

August 2026

- **Wenn Eltern nicht lieben können:**
Ein Kindheitstrauma muss keine lebenslange Belastung bleiben
- **Der bei den Medien beliebte Experte**
wirft einen persönlichen und professionellen Blick auf dysfunktionale Familienbeziehungen
- **Trost und Hilfe:**
Verstehen, was geschehen ist, und lernen, sich selbst zu geben, was man zu Hause nie bekam

Ein eindringliches Buch für alle, die spüren, dass die eigene Kindheit noch immer in ihr Erwachsenenleben hineinwirkt. Offen und mutig erzählt der renommierte Psychiater von seiner eigenen dysfunktionalen Familie – und seiner Schritt-für-Schritt-Befreiung aus alten Schuldgefühlen, versteckten Machtspielen und emotionaler Abhängigkeit. Mit der Erfahrung eines langjährig praktizierenden Therapeuten analysiert Thomashoff zudem, weshalb toxische Elternbeziehungen oft unsichtbar bleiben und doch so tief verletzen. Gleichzeitig macht er Mut: Wahre Freiheit beginnt, wenn wir aufhören, auf die Liebe zu hoffen, die nie kam – und stattdessen lernen, uns selbst zu geben, was wir verdienen. Ein starkes Buch für Menschen, die endlich ihr eigenes Leben leben wollen.

Du bist nicht deine Eltern
von Dr. Hans-Otto Thomashoff

€ (D) 20,00 / € (A) 20,60 / CHF 28,50
ca. 224 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm
Quality Paperback, Klappenbroschur
WG: 1933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 26.08.2026

ISBN/GTIN: 978-3-424-20336-3



Referenztitel



Bodo Janssen
Das neue Führen
Hardcover 23,00 € [D]
ET: 18.10.23



9 783424 202854



Bodo Janssen
Stille
Hardcover 12,00 € [D]
ET: 01.11.21



9 783424 202502

Urheber



© Melina Mörsdorf

Bodo Janssen studierte BWL und Sinologie und stieg im Anschluss ins elterliche Hotelunternehmen ein. Als sein Vater bei einem Flugzeugabsturz ums Leben kam, übernahm er die Führung der Hotelkette. Nachdem er bei einer Mitarbeiterbefragung vernichtende Ergebnisse erhalten hatte, beschloss er, für eineinhalb Jahre ins Kloster zu gehen. Nach dieser Zeit der inneren Einkehr leitete Bodo Janssen in seinem Unternehmen einen Paradigmenwechsel ein mit dem Ziel, eine authentische Unternehmenskultur zu entwickeln, in der jeder Mitarbeiter im Unternehmen das Leben kann, was ihm als Mensch wichtig ist. Im Ariston Verlag sind bereits seine Bestseller »Die stille Revolution«, »Stark in stürmischen Zeiten« (zusammen mit Anselm Grün), »Eine Frage der Haltung«, »Stille«, »91 Schlüsselsätze für ein gelingendes Leben« und zuletzt »Das neue Führen« erschienen.

Oktober 2026



- **Philosophie trifft Hygge: Selbstfürsorge - eine warme Umarmung für deine Seele in kalten Zeiten**
- **Selbsterkenntnis und Selbstakzeptanz machen dich stärker als du für möglich hältst**
- **Gesamtauflage von Bestseller-Autor Bodo Janssen: über 150.000 Exemplare**

Wenn uns als Kind die Welt nicht gefiel, bauten wir uns eine Höhle. Doch wo finden Erwachsene ihre Höhle voller Geborgenheit in einer Welt, die scheinbar aus den Fugen gerät? Bodo Janssen – Bestsellerautor, Hotelier und regelmäßiger Besucher von Kloster-Retreats – vereint das aktive und kontemplative Leben.

Die Sehnsucht nach innerer Ruhe und Klarheit ist tief in uns verwurzelt. Wo die Hektik des Alltags dazu geführt hat, dass wir unsere Bedürfnisse hintanstellen und uns abschotten, öffnet Bodo Janssen über Geschichten und Metaphern sanft die verschlossenen Türen zu unserem innersten Selbst. In dem Moment, in dem wir uns selbst wieder begegnen und nahekommen, geschieht das Wunder: Wir finden zu neuer Stärke und sind gewappnet gegen die Fährnisse der Welt.

Zuhause in dir
von Bodo Janssen

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 21.10.2026

€ (D) 22,00 / € (A) 22,70 / CHF 30,90

ca. 256 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm

Hardcover, Pappband, 24 farbige Illustrationen, 2c

WG: 1933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

ISBN/GTIN: 978-3-424-20333-2



9 783424 203332

Referenztitel



Steven Bartlett
The Diary of a CEO – Die Entdeckung des Erfolgs
Quality Paperback 22,00 € [D]
ET: 20.03.24



9 783424 202953



James Clear
Die 1%-Methode – Minimale Veränderung, maximale Wirkung
Paperback 17,00 € [D]
ET: 27.04.20



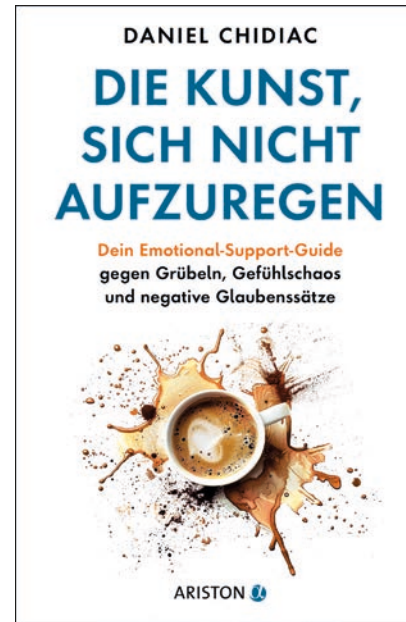
9 783442 178582

Urheber



©Riccardo Interdonato

Daniel Chidiac, Autor, Coach und Creator aus Melbourne, begann mit dem Schreiben, angetrieben von einem tiefen Bedürfnis, seine Gedanken und Gefühle auszudrücken. *Die Kunst, sich nicht aufzuregen* ist sein drittes Buch und wurde zu einem viralen Selfpublishing-Phänomen. Das Buch wurde mittlerweile in zehn Sprachen übersetzt. Mit über 2 Millionen Followern auf seinen Social-Media-Plattformen inspiriert und erreicht Daniel Chidiac ein weltumspannendes Publikum mit seinen Worten und seiner Erzählkunst.



In diesem Buch geht es um dich. Es zeigt dir, wie du Grenzen ziehst, deine Emotionen regulierst und die Kontrolle über alles behältst. Damit du ein Leben führen kannst, wie du es dir vorstellst - zu deinen Bedingungen. Der erfolgreiche Coach, Autor und Creator Daniel Chidiac zeigt, wie du dir dein Leben weder von anderen noch von unwichtigen Kleinigkeiten vorschreiben lässt. In kurzen leicht umsetzbaren Kapiteln erklärt er, wie du Verantwortung für dich selbst übernimmst, ohne nach außen kühl oder distanziert zu wirken. Denn was dich triggert und aus der Ruhe bringt, bist nicht du selbst, es ist auch nicht, wie viel du fühlst - die Ursache liegt allein im Umgang mit deinen Emotionen. Die gute Nachricht ist: In diesem Guide lernst du, wie du deine Emotionen regulierst und endlich dein Leben in Freiheit und Selbstbestimmung lebst.

Die Kunst, sich nicht aufzuregen
von Daniel Chidiac

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 26.08.2026

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50
ca. 192 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm
Quality Paperback, Klappenbroschur
WG: 1933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

ISBN/GTIN: 978-3-424-20337-0



9 783424 203370

August 2026

- Der Überraschungserfolg aus dem Self-publishing endlich auf Deutsch! Coach, Speaker und Influencer Daniel Chidiac hat 2 Mio. Follower weltweit
- Geballtes Wissen auf den Punkt: Erkenntnisse der angewandten Psychologie kombiniert mit Macher-Mindset
- Für Leser*innen von Brianna Wiest *101 Essays, die dein Leben verändern werden*, Steven Bartlett *The Diary of a CEO* und James Clear *1%-Methode*

Unsere aktuellen Toptitel

ARISTON 



Das Menopower-Buch
978-3-424-20325-7
€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Vom Glück der richtigen Gedanken
978-3-424-20293-9
€ 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*



What's Going Right
978-3-424-20322-6
€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



Unlock your identity
978-3-424-20324-0
€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



In the Name of Freedom
978-3-424-20323-3
€ 23,00 [D] | € 23,70 [A] CHF 31,90*



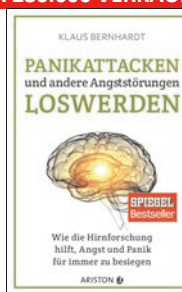
Du musst nicht mit den Haien tanzen
978-3-424-20328-8
€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Dark Factor -
die Essenz des Bösen in uns
978-3-424-20318-9
€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



ÜBER 280.000 VERKAUFTE EX.



Panikattacken und andere Angst-
störungen loswerden
978-3-424-20177-2
€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



ÜBER 150.000 VERKAUFTE EX.



Die Macht Ihres Unterbewusstseins
978-3-424-20166-6
€ 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*



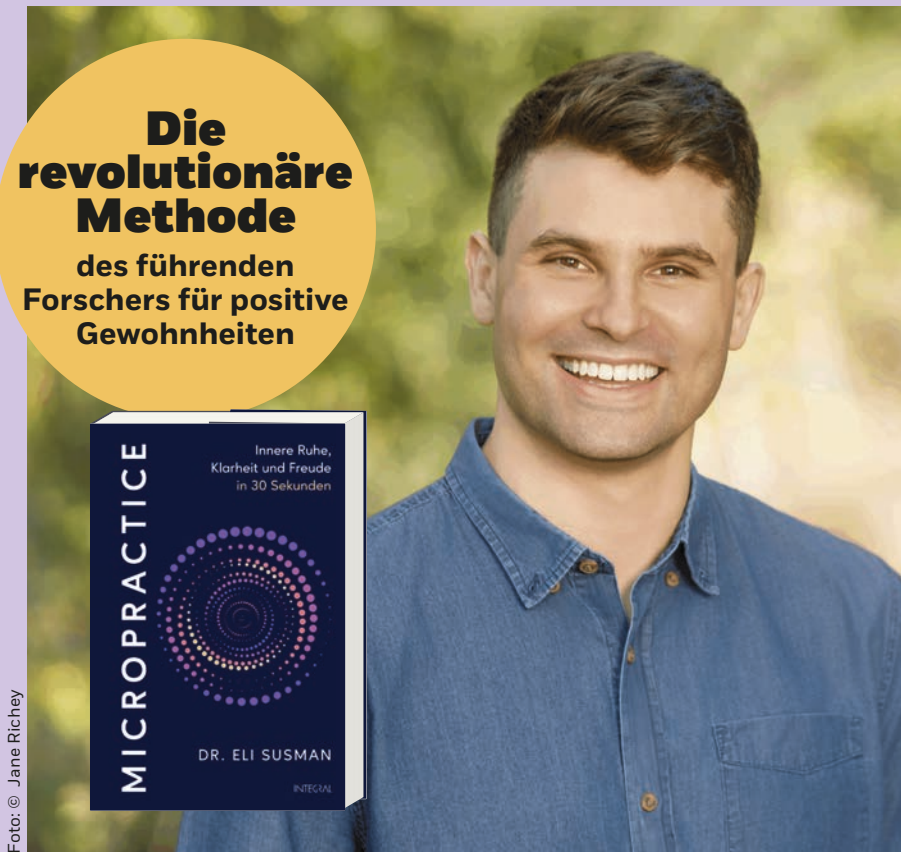
Die Mäusestrategie für Manager
978-3-424-20214-4
€ 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*



INTEGRAL
L o t o s
Ansata

Wohlbefinden in Sekunden:

14 lebensverändernde Mikro-Übungen mit maximaler Wirkung



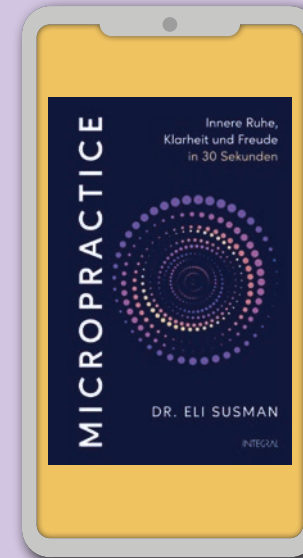
Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:



Social Media



Website/Newsletter



Online-Werbung

- Amazon-Advertising
- Meta-Advertising
(Instagram & Facebook)



Zielgruppen- genaues Marketing

im Bereich Lebenshilfe
& Persönlichkeits-
entwicklung



Print-Werbung

Anzeigen und Buchbesprechungen in
Magazinen wie *Bewusster leben*, *moment*
by *moment* und *Psychologie heute*

Referenztitel



James Clear
**Die 1%-Methode – Minimale
Veränderung, maximale Wirkung**
Paperback 17,00 € [D]
ET: 27.04.20

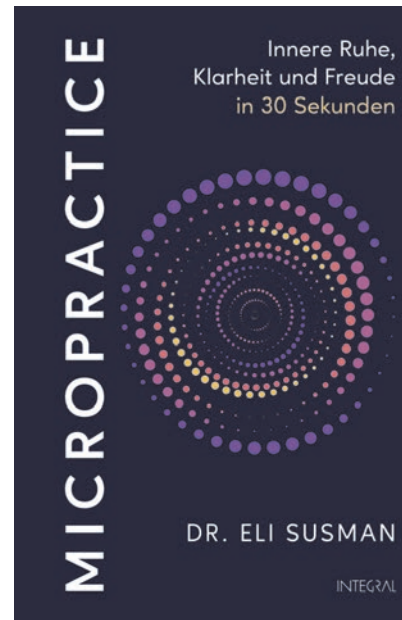


Urheber



© Jane Richey

Dr. Eli Susman wirkt an der *University of California, Berkeley* und ist der führende Forscher und Pionier hinter dem Konzept der »Micropractice«. Während seiner Promotion entwickelte er diese Methode, die in Sekunden tiefgreifende Wirkungen entfaltet. Mit über 15 Jahren eigener Erfahrung in Achtsamkeit, Meditation und Yoga verbindet er uralte Weisheit mit den neuesten Erkenntnissen aus Psychologie und Verhaltenswissenschaft. Susmans Arbeit basiert auf intensiver Forschung, monatelangen Meditationsretreats und enger Zusammenarbeit mit internationalen Experten. Ziel seiner akademischen Reise: Wege zu nachhaltigem Wohlbefinden im Alltag aufzeigen.



Paperback

November 2026

- **Wohlbefinden in Sekunden: 14 lebensverändernde Mikro-Übungen mit maximaler Wirkung**
- **Der effektivste Weg für sich selbst zu sorgen, wenn das Leben einfach nicht zur Ruhe kommt**
- **Die revolutionäre Methode des führenden Forschers auf dem Gebiet der positiven Gewohnheitsbildung – wissenschaftlich fundiert und leicht umzusetzen**

SPITZENTITEL

Wohlbefinden in Sekunden – entspannt und frisch im Handumdrehen? Ja, manchmal reicht ein kurzer Augenblick, um alles zu verändern: Dieses Buch zeigt, **wie winzige Mikropraktiken Stress lösen, Ruhe schenken und neue Kraft in uns entfalten** – mitten im Alltag. Lerne, in jedem Moment **gut für dich zu sorgen** und ganz **bei dir zu bleiben**. Dazu braucht es keine Retreats, keine Extra-Stunden – sondern **nur wenige Sekunden**, um **das Leben** nachhaltig und in der Tiefe zu **verwandeln**. Mit seinen alltagstauglichen **Mini-Routinen** lösen wir uns von innerer Anspannung, schärfen unseren **Fokus** und bauen nachhaltige **Resilienz** auf. Für direkte **Gelassenheit, Energie und Lebensfreude** – immer genau da, wo wir gerade sind.

Micropractice
von Eli Susman
Übersetzer: Juliane Molitor

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 25.11.2026

€ (D) 20,00 / € (A) 20,60 / CHF 28,50

304 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Quality Paperback, Klappenbroschur

WG: 1933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

ISBN/GTIN: 978-3-7787-9345-9



Referenztitel



Ojuna Altangerel-Wodnar
Tan-Dom-Medizin: Wie die Seele durch den Körper spricht
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 22.03.21



9 783778 793091

Urheberin



© Michael Wodnar

Ojuna Altangerel-Wodnar ist approbierte Ärztin und Schamanin. Sie stammt aus dem Stamm der Burjaten, einem Nomadenvolk am Baikalsee. Die erste einer Reihe großer schamanischer Lehrer war ihre Großmutter, ebenfalls Schamanin, bei der die Autorin ihre Kindheit und Jugend in der Steppe verbrachte. Medizin studierte sie an der Universität in Halle an der Saale. Auf Basis ihrer nomadischen Wurzeln und ihrer wissenschaftlichen Ausbildung verbindet Ojuna Altangerel-Wodnar in ihrer Arbeit Elemente der schamanischen Mystik mit Erkenntnissen der westlichen Schulmedizin.

Lange Jahre betrieb sie eine sehr erfolgreiche Praxis in Tübingen, wo sie auch vier Kinder aufzog. Mit ihrem heutigen Mann, dem Wiener Michael Wodnar, lebt und arbeitet sie nun in der Schweiz.



- **Ganzheitlich heilen mit der Kraft der Seele: Die einzigartige Verbindung von Schulmedizin und mongolischem Schamanismus**
- **Faszinierende Einblicke in das verborgene Zusammenspiel von Seele, Gesundheit und Krankheit – mit vielen konkreten Empfehlungen, um Heilprozesse anzuregen**
- **Das neue Buch der bekannten mongolischen Schamanin und approbierten Ärztin mit jahrzehntelanger Praxiserfahrung**

Wie können wir nicht nur **gesund**, sondern **wahrhaft heil werden**? Denn das sind zwei verschiedene Vorgänge: Gesund werden wir auf körperlicher Ebene. Therapeuten sind dabei Helfer – Skalpell und Arznei Mittel zum Zweck. Doch **Heilung** geschieht nur durch die bewusste Verbindung **mit der Kraft unserer Seele**.

Ojuna Altangerel-Wodnar ist **mongolische Schamanin** und **praktizierende Ärztin**. Hier zeigt sie eindrucksvoll, **was die Seele ist, wie sie uns hilft** und was wir selbst dazu beitragen können, dass ihr Wirken sich bestmöglich entfalten kann. Diese **einzigartige Perspektive** eröffnet **neue Wege zu ganzheitlicher Gesundheit**, erweitert den Blick und öffnet das Herz für die seelischen Kräfte, die in uns wohnen und nur darauf warten, von uns entdeckt und für unser Wohl und das unserer Lieben genutzt zu werden.

Tan-Dom-Medizin. Heilen mit der Kraft der Seele

von Ojuna Altangerel-Wodnar

€ (D) 23,00 / € (A) 23,70 / CHF 31,90

256 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm

Hardcover, Geb. mit SU

WG: 1466 Ratgeber/Gesundheit/Alternative Heilverfahren

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 30.09.2026

ISBN/GTIN: 978-3-7787-9348-0



9 783778 793480

September 2026

Referenztitel



Roxie Nafousi
Selbstvertrauen. Erkenne deinen wahren Wert
Hardcover 20,00 € [D]
ET: 27.08.25



9 783778 793381



Jen Sincero
Du bist der Hammer!
Quality Paperback 20,00 € [D]
ET: 25.06.25



9 783424 203202

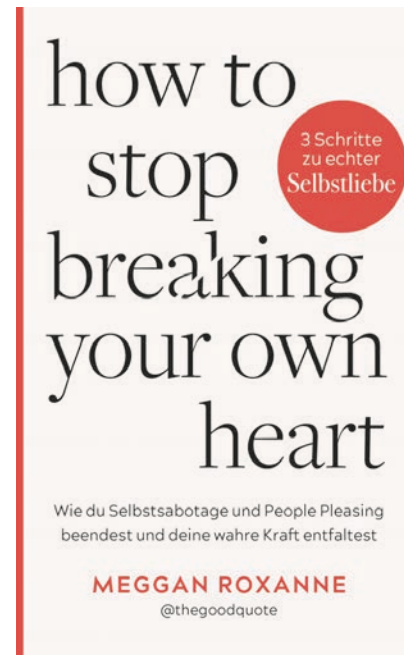
Urheberin



© Boyan Ortse

Meggan Roxanne ist Speakerin, Lyrikerin, Digitalkünstlerin und Unternehmerin. Auf ihrem weltweit erfolgreichen Instagram-Kanal *The Good Quote* postet sie jeden Tag inspirierende Zitate. Was 2011 mit einem einfachen Tumblr-Blog begann, entwickelte sich schnell zu einer Community mit über 23 Millionen Mitgliedern – und einem Zufluchtsort für Selbstreflexion, Selbstliebe und Empowerment. Meggans Vision ist es, Emotionen in typografische Zitate zu fassen und damit die Art und Weise zu verändern, wie Menschen ihre Gefühle ausdrücken und miteinander kommunizieren. Darauf basierend gründete sie *The Good Co.*, ein Unternehmen, das auf verschiedenen Plattformen in den sozialen Medien Beiträge postet, mit dem Ziel, das Bewusstsein für mentale Gesundheit zu stärken und Motivation zu fördern.

August 2026



- Der Sunday Times-Bestseller der Gründerin von @thegoodquote: über 23 Mio. Instagram-Follower*innen (davon 600.000 in Deutschland)
- In drei Schritten zu einem völlig neuen Selbstwertgefühl: People Pleasing beenden, Selbstsabotage überwinden, das Herz heilen
- »Meggan findet Worte, durch die du dich gesehen und verstanden fühlst. Sie erinnert dich daran: Du bist es wert, dich selbst zu lieben und anzunehmen.« Jay Shetty, Bestsellerautor von *Ruhe in dir*

Fühlst du dich manchmal gefangen in **Selbstzweifeln**, Perfektionismus oder dem **Drang, es allen recht zu machen**? Viele von uns sabotieren unbewusst ihr eigenes Glück. Wir scheuen Veränderungen, passen uns an, um anderen zu gefallen – und **verlieren dabei uns selbst**. Doch warum tun wir das? Und wie können wir endlich damit aufhören? Auf **motivierende und ermutigende Art** zeigt dir Meggan Roxanne, Gründerin der weltbekannten Instagram-Plattform *The Good Quote*, wie du **Selbstsabotage erkennst**, **People Pleasing beendest** und dir ein erfülltes Leben erschaffst, das von **Selbstliebe und innerer Stärke** geprägt ist. Mit **Empowerment-Botschaften** und leicht umsetzbaren Übungen – für alle, die ihr wahres Potenzial leben, Heilung und **persönliches Wachstum** erfahren möchten.

How To Stop Breaking Your Own Heart.

von Meggan Roxanne
Übersetzer: Karin Weingart

Originalverlag: Hay House

Erscheinungstermin: 26.08.2026

€ (D) 22,00 / € (A) 22,70 / CHF 30,90

304 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm
Hardcover, Pappband
WG: 1480 Ratgeber/Lebenshilfe, Alltag

ISBN/GTIN: 978-3-7787-9346-6



9 783778 793466

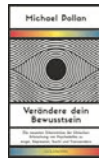
Referenztitel



Jascha Renner
Psychedelika
Quality Paperback 18,00 € [D]
ET: 22.05.24



9 783442 343188



Michael Pollan
Verändere dein Bewusstsein
Taschenbuch 15,00 € [D]
ET: 14.02.22



9 783442 223114



Zach Leary
Mein psychedelisches Erbe
Taschenbuch 14,00 € [D]
ET: 20.05.26



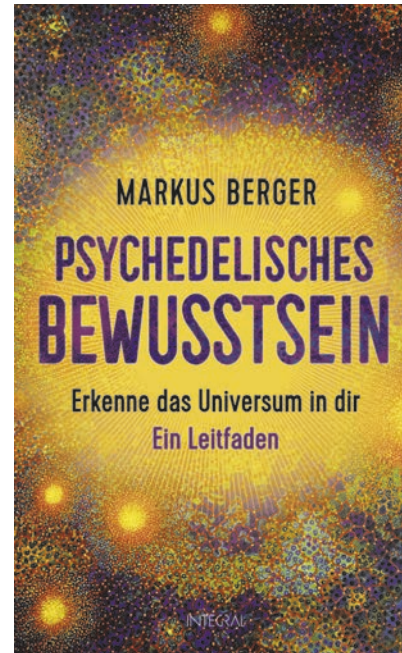
9 783442 224333

Urheber



© Elfriede Liebenow

Markus Berger ist Bewusstseinsforscher, international renommierter Experte für psychoaktive Pflanzen und Substanzen und hierzulande einer der bekanntesten Protagonisten und Referenten der psychedelischen Bewegung. Er verfasste bislang 40 Bücher, die in mehreren Sprachen erschienen sind, darunter die *Enzyklopädie der psychoaktiven Pflanzen 2* (zusammen mit Dr. Christian Rätsch) sowie Standardwerke zu psychedelischen Substanzen und Anwendungen. 2011 etablierte Berger die ersten YouTube-Kanäle für psychedelische Bildung in deutscher Sprache. Er ist außerdem Dozent der renommierten *Storl-Akademie*, Chefredakteur des Magazins *Lucys Rausch*, Gründungs- und Vorstandsmitglied der gemeinnützigen *Psychedelia-Stiftung* sowie Co-Verleger des Nachtschatten Verlags.



September 2026

- Das umfassende Grundlagenwerk, um mit der transformierenden Kraft von Psychedelika verborgene Bewusstseinsräume zu erschließen und innerlich zu wachsen
- Alles für den verantwortungsvollen Gebrauch: verlässliche Information, wertvolle Impulse und faszinierende Erfahrungsberichte
- Markus Berger ist international renommierter Experte und einer der bekanntesten Vorreiter der psychedelischen Bewegung – über 43.000 YouTube-Abonnent*innen

TRENDTHEMA

Seit Urzeiten nutzen Mystiker und Schamanen bewusstseinsweiternde Pflanzen und Substanzen, um in die **verborgenen Landschaften der Seele** vorzudringen. Heute bestätigt die Forschung das **visionäre und therapeutische Potenzial von LSD, Psilocybin, DMT & Co.** – Psychedelika erleben eine wahre Renaissance. Der international renommierte Experte Markus Berger erforscht seit über 30 Jahren ihre **Wirkung auf Geist und Bewusstsein**. Dieses wegweisende Werk zeigt, wie sich damit bei **verantwortungsvollem, gut informiertem Umgang Räume radikaler Selbsterkenntnis öffnen**. Auf Basis spiritueller und schamanischer Traditionen entwirft Berger eine Kosmologie, die psychedelische Erlebnisse verstehbar macht, in den Alltag integriert und aus der Erfahrung der All-Einheit neue, faszinierende Wege für **Sinnfindung, spirituelles Wachstum und Lebensgestaltung** aufzeigt.

Psychedelisches Bewusstsein
von Markus Berger

€ (D) 24,00 / € (A) 24,70 / CHF 33,50

320 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm

Hardcover, Geb. mit SU, 12-seitiger Farbteil

WG: 1930 Sachbücher/Psychologie, Esoterik, Spiritualität, Anthroposophie

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 30.09.2026

ISBN/GTIN: 978-3-7787-9340-4



9 783778 793404

Zielgruppengenaues Marketing

im Bereich Lebenshilfe und Persönlichkeitsentwicklung



Online-Werbung

Reichweitenstarke
Anzeigenkampagnen auf
Facebook, Instagram und
Amazon mit hohem
Zielgruppenpotenzial



Print-Werbung

in Magazinen wie:

- bewusster leben
- moment by moment
- Psychologie heute



Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:



Social Media



Website/Newsletter

Urheberin

Dr. med. dent. Anne Karl ist Zahnärztin mit Spezialisierung auf integrative biologische Zahnmedizin und Regulationsmedizin. In ihrer Kölner Privatpraxis verbindet sie moderne zahnmedizinische Verfahren mit Erkenntnissen aus Psychoneuro-Immunologie, Epigenetik und Körpertherapie. Mit ihrem Engagement steht Dr. Karl für eine neue Form der Zahnheilkunde, die Individualität und Ursachenforschung in den Mittelpunkt stellt. Dieses Wissen teilt sie nicht nur in ihrer Praxis, sondern auch über die *Dr. Karl Academy*, in der sie interdisziplinäre Online-Kurse für Fachkolleg*innen anbietet, und auf Social Media mit 50.000 Followern auf Instagram.



Paperback

September 2026

- Die Zähne als Spiegel von Körper und Seele: Was sie über unser Leben und unsere Gesundheit verraten
- Durch ganzheitliche Zahngesundheit emotionale Konflikte auflösen, verborgene Stressmuster überwinden und physische Dysbalancen ausgleichen
- Mit praktischen Impulsen zur Selbstbeobachtung und anschaulichen Fallbeispielen

PRESSESCHWERPUNKT

Zähne sind mehr als Kauwerkzeuge und Ausdruck eines schönen Lächelns – sie sind ein präziser Spiegel unserer **körperlichen und emotionalen Verfassung**, unserer Erfahrungen und sogar unserer innersten Überzeugungen.

Die **ganzheitliche Zahnmedizinerin Dr. Anne Karl** verbindet fundierte Erkenntnisse aus Medizin, Neurowissenschaften und Psychosomatik zu einer völlig **neuen Sicht auf unsere Gesundheit**. Sie zeigt, wie Zahnstatus, Zahnstellung und Entzündungen mit dem gesamten Organismus verknüpft sind und welche Hinweise sie auf **verborgene Stress- und Belastungsmuster** geben. Anhand eindrücklicher Fallbeispiele wird deutlich, wie sich diese Signale entschlüsseln und gezielt nutzen lassen, um körperliche und emotionale Gesundheit nachhaltig zu verbessern.

Zeig mir deine Zähne – und ich sage dir, was dich bewegt
von Anne Karl

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50

288 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Quality Paperback, Klappenbroschur

10 farbige Abbildungen

WG: 1933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 23.09.2026

ISBN/GTIN: 978-3-7787-9347-3



9 783778 793473

Referenztitel



Cyndi Dale
Der Energiekörper der Tiere
Taschenbuch 14,00 € [D]
ET: 11.01.24



Urheberin

Joan Ranquet ist fest davon überzeugt, dass die harmonische Verbindung zwischen Mensch und Tier unser Leben in höchstem Maße bereichern und die Welt verändern kann. Als renommierte Tierkommunikatorin und Energieheilerin begleitet sie Menschen dabei, die Sprache der Tiere zu verstehen und Heilung auf allen Ebenen zu erfahren. Mit der Gründung der *Communication with All Life University* hat Joan Ranquet eine einzigartige Lernplattform geschaffen, die praxisorientierte Programme in Tierkommunikation, Energiearbeit sowie Natur- und Wildtierkunde bietet. Auf ihrer idyllischen Ranch in Südkalifornien lebt die Autorin ihre Vision – umgeben von vier Pferden, drei Hunden und drei Katzen – und inspiriert täglich dazu, die Kraft der Verbindung zwischen Mensch, Tier und Natur neu zu entdecken.



August 2026

- **Neue energetische Wege, um die Gesundheit und das Wohlbefinden unserer tierischen Begleiter wirksam zu fördern**
- **Das umfassende Praxisbuch über die feinstofflichen Energiezentren des Tierkörpers**
- **Mit Fallbeispielen und zahlreichen Übungen, um die Selbstheilungskräfte der Tiere anzuregen**

In jedem Lebewesen wirken **unsichtbare, feinstoffliche Energien**. Dabei sind vor allem die **Chakren** – die **Energiezentren des Körpers** – entscheidend für die körperliche und seelische Gesundheit von Mensch und Tier. Die erfahrene Tierkommunikatorin und Energieheilerin Joan Ranquet zeigt, wie gezielte **Chakrenarbeit** und die intuitive Verbindung mit unseren Tieren deren Wohlbefinden auf ungeahnte Weise stärken und eine tiefe, liebevolle Beziehung entstehen lassen. Mit **berührenden Erfahrungsberichten**, praktischer Anleitung und spiritueller Weisheit eröffnet dieses Buch einen faszinierenden Weg, um unsere tierischen Gefährten besser zu verstehen, mitfühlend zu begleiten und Raum für **ganzheitliche Heilung** zu schaffen.

Chakra-Heilung für Tiere

von Joan Ranquet

Übersetzer: Juliane Molitor

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 26.08.2026

€ (D) 22,00 / € (A) 22,70 / CHF 30,90

320 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm

Hardcover, Pappband

11 s/w 11 und 7 farbige Abbild., 4 Seiten Farbteil

WG: 1465 Ratgeber/Gesundheit/Erkrankungen, Heilverfahren

ISBN/GTIN: 978-3-7787-8332-0



Referenztitel



Thich Nhat Hanh
Zen und die Kunst, die Welt zu retten

Hardcover 20,00 € [D]
ET: 09.05.22



Thich Nhat Hanh
Leben ist, was jetzt passiert
Taschenbuch 12,00 € [D]
ET: 13.09.21



Zielgruppengenaues Marketing

im Bereich Buddhismus und Meditation



© Gettyimages / Jose Luis Gallego-Adonis

Online-Werbung

Reichweitenstarke
Anzeigenkampagnen auf
Facebook, Instagram und
Amazon mit hohem
Zielgruppenpotenzial



Print-Werbung

in Magazinen wie:

- Buddhismus aktuell
- moment by moment
- Ursache/Wirkung





Social Media



Website/Newsletter

Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:

Urheber



© Nan Sao

Thich Nhat Hanh (1926–2022) war ein buddhistischer Mönch, Dichter und Friedensaktivist. Er zählt zu den bedeutendsten spirituellen Lehrern unserer Zeit. Nach seinem Engagement für ein Ende des Vietnam-Kriegs lebte er viele Jahre in Frankreich im Exil, wo er 1982 das berühmte buddhistische Meditationszentrum »Plum Village« gründete. In diesem wie in vielen weiteren Zentren und Klöstern lehrte er die Kunst des achtsamen Lebens. Menschen aus aller Welt finden Jahr für Jahr ihren Weg dorthin. 2018 kehrte Thich Nhat Hanh in seine vietnamesische Heimat zurück, wo er im Alter von 95 Jahren friedlich verstarb.

August 2026



- **Warum wir in jedem Moment wiedergeboren werden: Eine völlig neue Sicht auf Leben, Tod und innere Freiheit**
- **Der buddhistische Wegweiser für alle, die achtsam und bewusst leben möchten**
- **Weit über 2,5 Millionen verkaufte Bücher von Thich Nhat Hanh im deutschsprachigen Raum**

SPITZENTITEL

Was geschieht mit uns, wenn wir sterben? Auf seine ganz besondere, poetische Art entfaltet Thich Nhat Hanh die **Essenz der buddhistischen Sichtweise** den ewigen Kreislauf des Lebens. Für den **weltbekannten Zen-Meister** ist **Wiedergeburt** kein fernes Ereignis, das erst nach dem Tod eintritt, sondern sie vollzieht sich in jedem einzelnen Atemzug. Jeder Gedanke, jedes Wort, jede Handlung ist wie ein Samen, der aufgeht und neue Formen annimmt. Wenn wir **Achtsamkeit üben, Mitgefühl nähren** und **das feste Bild unseres Selbst loslassen**, erkennen wir: Wir sind Wellen in einem endlosen Ozean des Lebens. So lädt dieses Buch dazu ein, unser Dasein aus einer neuen Perspektive zu betrachten – als kontinuierlichen Prozess, als **Raum für Heilung** und als **Pfad zur Freiheit**. Ein **inspirierender, kraftvoller Begleiter**, der Orientierung für einen bewussten Umgang mit Veränderung, Vergänglichkeit und innerem Frieden schenkt.

Reinkarnation

von Thich Nhat Hanh
Übersetzer: Ursula Richard

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 12.08.2026

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50

160 Seiten, Format 12,5 x 20,0 cm
Hardcover, Geb. mit SU, 9 s/w Abb.
WG: 1937 Sachbücher/Spiritualität

ISBN/GTIN: 978-3-7787-8331-3



Referenztitel



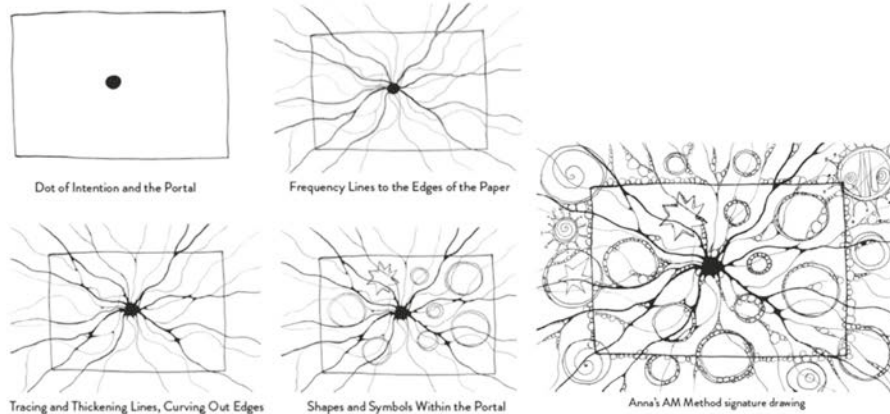
Roxie Nafousi
Manifestiere!
Hardcover 20,00 € [D]
ET: 29.03.23



Oliver Tappe
Zwischen den Dimensionen
Hardcover 23,00 € [D]
ET: 05.11.25



Abbildungen:



Urheberinnen

Colette Baron-Reid ist eine international anerkannte Orakel-Expertin, spirituelles Medium und Bestsellerautorin, deren Bücher in 27 Sprachen veröffentlicht wurden. Ihre Meditations- und Orakelkarten-Apps sind weltweite Erfolge. Sie ist Gründerin und Leiterin der **Oracle School** – einer globalen Online-Lernplattform, die zeigt, wie man Orakel nutzt, um ein erfülltes, inspiriertes und magisches Leben zu manifestieren.

Anna Denning ist Künstlerin, Transformationskunst-Coach und Gründerin der **Neuro Art School** – einem lebendigen kreativen Raum, in dem sie einer weltweiten Community bewusste Kunstpraktiken vermittelt. Außerdem hat sie die **Neuro Arts Membership** mit regelmäßigen Live-Kursen ins Leben gerufen. Mit ihrer tiefen Leidenschaft für Spiritualität, Neurowissenschaften und Kunst inspiriert Anna andere Menschen dazu, ihre Kreativität zu entfalten und bedeutende Veränderungen in ihrem Leben zu manifestieren.

August 2026



- **NeuroArts: Durch meditatives Zeichnen die eigenen Manifestationskräfte entfesseln**
- **Die innovative Verbindung von Spiritualität, Kreativität und Neurowissenschaft – mit genauer Anleitung und anschaulichen Illustrationen**
- **Über 400.000 verkaufte Bücher und Kartensets von Colette Baron-Reid in D/A/CH**

Bist du bereit, deine **Träume zu verwirklichen**? Entdecke eine **neue, kreative Methode** und **erschließe damit mühelos die grenzenlosen Potenziale des Universums**. Durch die **Kraft fokussierter Kreativität** erschaffst du die Voraussetzungen, um blockierende Muster zu lösen und dich zielgerichtet auf die Energie einzuschwingen, die dich **alles erreichen** lässt, was du dir ersehnt. **Manifestieren** wird dabei so **einfach und entspannt** wie das Zeichnen eines Kreises: Alles, was du brauchst, sind Stift, Papier und Fantasie – den Rest übernimmt die universelle Schöpferkraft.

Dieser **Praxiskurs** mit geführten Zeichnungen, Meditationen und Journaling-Impulsen eröffnet dir die **Magie des Quantenfelds**: Forme **neue neuronale Bahnen** in deinem Inneren und bringe **wahre Veränderung** in dein Leben, indem du so zum Schöpfer deines Schicksals wirst!

Manifestieren mit NeuroArts
von Colette Baron-Reid; Anna Denning
Übersetzer: Sabine Zürn

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 26.08.2026

€ (D) 20,00 / € (A) 20,60 / CHF 28,50
240 Seiten, Format 17,0 x 24,0 cm
Hardcover, Pappband, 53 s/w Abbildungen
WG: 1472 Ratgeber/Spiritualität/Esoterik

ISBN/GTIN: 978-3-7787-7616-2



Zielgruppengenaues Marketing

im Bereich Esoterik und Spiritualität



© Pixabay



Online-Werbung

Reichweitenstarke Anzeigenkampagnen auf Facebook, Instagram und Amazon mit hohem Zielgruppenpotenzial

Print-Werbung

in Magazinen wie:

- Pulsar
- Visionen
- Engelmagazin
- Welt der Spiritualität

Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:



Social Media



Website/Newsletter



Urheberin



© Andreas Wenkert

Monika Dezlhofer, 1978 in der Schweiz geboren, ist Medium und Dipl. Autismus- und ADHS-Coach. Sie selbst lebt mit Asperger-Autismus und ADHS, auch ihr Sohn ist im neurodivergenten Spektrum. Durch ihre besondere Art wahrzunehmen begann sie, Bewusstsein, Energie und Geist auf einer tieferen Ebene zu verstehen – und erkannte darin ihre Berufung, Brücken zwischen sichtbarer und unsichtbarer Welt zu bauen. Heute unterstützt sie Kinder, Eltern und feinfühlig Menschen auf seelischer, energetischer und praktischer Ebene. In Seminaren, Vorträgen und individuellen Begleitungen vereint sie geistige Verbundenheit mit echter Präsenz. Mit ihrer Arbeit öffnet sie ein Bewusstsein für die seelische Dimension von Neurodivergenz und lädt dazu ein, Autismus und ADHS in einem neuen, würdevollen Licht zu sehen.



September 2026

TRENDTHEMA

- Ein einzigartiger spiritueller Blick auf Neurodivergenz: Warum Menschen mit Autismus und ADHS besondere Gaben und Seelenaufgaben haben – und keine Störungen
- Bietet konkreten Rat und praktische Hilfe für den Alltag und den Umgang mit herausfordernden Situationen
- Ganzheitlich, empathisch und lebensnah: Monika Dezlhofer schreibt aus eigener Erfahrung und mit tiefer Verbundenheit zur Geistigen Welt

Manche Menschen kommen mit einer **besonderen Seelenfrequenz** auf diese Welt. Sie denken anders, fühlen intensiver, reagieren feiner – und stolpern damit oft schmerzhaft an den Grenzen einer „normierten“ Realität. Was, wenn genau dieses Anderssein kein Fehler ist, sondern Ausdruck eines **besonderen Seelenauftrags**? Aus eigener Erfahrung und tief verbunden mit der **Geistigen Welt** schenkt Autismus- und ADHS-Coach Monika Dezlhofer einen neuen, befreienden Blick auf **Neurodivergenz**: als **einzigartiges Licht**, als Sprache einer **uralten, schöpferischen Intelligenz**. Ihr Buch zeigt die Seele hinter dem Verhalten, die Gabe hinter der Überforderung, und bietet **klare Orientierung, konkrete Anregungen** und **alltagstaugliche Tipps** für neurodivergente Menschen und ihre Begleiter – einfühlsam, klar und voller berührender Erkenntnisse.

Echt im Leben. Autismus und ADHS aus spiritueller Sicht
von Monika Dezlhofer

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 30.09.2026

€ (D) 22,00 / € (A) 22,70 / CHF 30,90

240 Seiten, Format 15,0 x 21,5 cm

Hardcover, Pappband

WG: 1930 Sachbücher/Psychologie, Esoterik, Spiritualität, Anthroposophie

ISBN/GTIN: 978-3-7787-7617-9



9 783778 776179

Musterkarten



Eine **Gesamtübersicht der Kartensets** unserer Verlagsgruppe finden Sie in der separaten Kartenset-Vorschau.

Referenztitel



Alberto Villoldo; Colette Baron-Reid
Dein schamanischer Traum – Das Orakel
 Non-Book 25,00 € [D]
 ET: 04.11.21



4 250939 400082



Chris-Anne
Licht und Schatten Tarot
 Non-Book 25,00 € [D]
 ET: 04.11.21



9 783424 154245

Patricia Gift ist Verlegerin des US-amerikanischen Verlags *Hay House*. Neben ihrer intensiven Beschäftigung mit der schamanischen Weisheit von Alberto Villoldo und den Medizinmännern der Anden und des Amazonas studierte sie auch über mehrere Jahrzehnte die schamanischen Praktiken Tibets bei dem buddhistischen Bön-Lehrer Tenzin Wangyal Rinpoche. Durch ihr Engagement für die Bewahrung und Weitergabe dieser reichen Weisheitstraditionen fungiert Patricia Gift als Brücke zwischen uralten Lehren und spirituell Suchenden von heute.

Dr. Alberto Villoldo ist ausgebildeter Psychologe und medizinischer Anthropologe. Seit über 30 Jahren studiert er die Heilpraktiken der Schamanen des Amazonasgebiets und der Anden. Er ist Leiter der *Four Winds Society*, wo er jedes Jahr tausende Menschen aus aller Welt in der Praxis der schamanischen Energiemedizin ausbildet. Darüber hinaus ist er Gründer der *Light Body School* mit Instituten in USA und Deutschland. Alberto Villoldos Bücher über Schamanismus sind internationale Bestseller.

Oktober 2026



- Das lang erwartete neue Kartenset des Bestsellerautors: Eine einzigartige Verbindung der Tarot-Archetypen mit den heiligen Symbolen des indigenen Schamanismus
- Außergewöhnlich kraftvolle Motive eröffnen intuitive Wege in ein selbstbestimmtes, glückliches und erfülltes Leben
- Alberto Villoldo: Mehr als 550.000 verkaufte Kartensets und Bücher in D/A/CH, über 600.000 Follower*innen in den sozialen Medien

BESTSELLERAUTOR*IN

Vor Anbeginn der Zeit, bevor sich Raum und Galaxien bildeten, entstanden die **heiligen Symbole**. Heute sind sie für viele von uns in Vergessenheit geraten – doch nicht für **die Schamanen aus den Anden und dem Amazonasgebiet**, die Vermesser der unsichtbaren Welt. Mit dem Kartenset des weltbekannten Schamanismus-Experten Alberto Villoldo **erwachen diese Symbole im Tarot zu neuem Leben** – in einzigartig kraftvollen Motiven uralter indigener Kulturen.

Jede Karte ist ein Tor zur unsichtbaren Welt: Sie hilft dir, inneres Chaos in kosmische Ordnung zu verwandeln, verborgene Chancen zu erkennen und dein Schöpferpotenzial voll zu entfalten. Entdecke die Sprache der heiligen Symbole, tanze mit den Kräften, die deine Realität formen – und finde **Weisheit, Klarheit und Erfüllung** auf deinem Weg.

Tarot der Schamanen

von Alberto Villoldo; Patricia Gift
 Übersetzer: Karin Weingart

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 28.10.2026

€ (D) 26,00 / € (A) 26,00 / CHF 37,50

Non-Book, Format 8,9 x 12,8 cm,
 78 farbige Karten & Deutungsbuch mit 144 Seiten
 WG: 9474 Ratgeber/Spiritualität/Lebensdeutung

ISBN/GTIN: 4250939400150



4 250939 400150

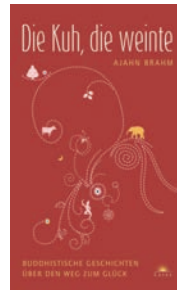
Unsere aktuellen Toptitel

Ansata INTEGRAL *L o t o s*

SPIEGEL-BESTSELLER



Der Elefant, der das Glück vergaß
978-3-7787-8251-4
 € 19,00 [D] | € 19,60 [A] CHF 26,90*



Die Kuh, die weinte
978-3-7787-8183-8
 € 19,00 [D] | € 19,60 [A] CHF 26,90*



Lass los – das Leben darf leicht sein
978-3-7787-8322-1
 € 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Die Wim-Hof-Methode
978-3-7787-9308-4
 € 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 27,90*



Was am meisten zählt – Die Geheimnisse
 eines guten Lebens
978-3-7787-9341-1
 € 23,00 [D] | € 23,70 [A] CHF 31,90*



WitchSpirits – Erlerne die Hohe
 Hexenkunst
978-3-7787-7611-7
 € 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



SPIEGEL-BESTSELLER AUTORIN



Auroras Reise ins Erwachen
978-3-7787-7614-8
 € 23,00 [D] | € 23,70 [A] CHF 31,90*



SPIEGEL-BESTSELLER



Prophezeiungen
978-3-7787-7612-4
 € 26,00 [D] | € 26,80 [A] CHF 35,90*



Visualisiere!
978-3-7787-9339-8
 € 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



Manifestiere!
978-3-7787-9322-0
 € 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Körper, Geist
und Seele

HEYNE <

HEYNE < Bestsellerautor*in

Über **200.000**
verkaufte Bücher
von **Anjana Gill** im
deutschsprachigen
Raum



Referenztitel



Anjana Gill
Das kleine Hotel, wo Wünsche wahr werden
Taschenbuch 13,00 € [D]
ET: 06.11.24



9 783453 704855



Anjana Gill
Die 12 Geheimnisse der Lebensfreude
Taschenbuch 13,00 € [D]
ET: 10.09.25



9 783453 705043



Anjana Gill
Der kleine Elefant, der den Menschen das Glück brachte
Taschenbuch 13,00 € [D]
ET: 09.11.22



9 783453 704435

Bestellnummer
Dekoplatat DIN A2:
397/89094

Urheberin



© © Selda Photography, Selda Schretzmann

Anjana Gill ist Bestsellerautorin mit deutsch-indischen Wurzeln, Online-Coach und eine der bekanntesten Glücks-Expertinnen Deutschlands. Auf einzigartige Weise verbindet sie in ihren Büchern moderne Spiritualität und inspirierendes Glücks-Wissen, das das Leben auf ungeahnte Weise bereichern kann. Anjana Gills Motto: »Alles ist möglich – wenn du die Kraft deiner Gedanken richtig nutzt und mit dem Universum zusammenarbeitest.«



Oktober 2026

- Eine zauberhafte Erzählung über die Entfaltung unseres verborgenen inneren Potenzials – für alle, die Kurs nehmen wollen auf Glück und Erfüllung
- Inspiration und Unterhaltung für alle Fans von erzählender Lebenshilfe, mit zahlreichen praktischen Übungen und Affirmationen
- Das neue Buch der bekannten »Glücksexpertin« (ARD) und SPIEGEL-Bestsellerautorin – über 200.000 verkaufte Bücher von Anjana Gill im deutschsprachigen Raum

BESTSELLERAUTORIN

Eigentlich ist Anna ganz zufrieden mit ihrem Leben. Doch tief in ihrem Inneren spürt sie, dass es da doch noch mehr geben muss! Als sie zu einem Kurzurlaub an den Gardasee aufbricht, ahnt sie nicht, dass das nur der Beginn einer wundersamen Reise ist, die sie über mehrere Kontinente führen wird. Von einem verwunschenen Häuschen in Italien über eine Oase im Oman bis zu einem uralten Glückstempel in Indien: Überall trifft Anna auf besondere Menschen, die sie in die Geheimnisse eines wahrhaft erfüllten Lebens einweihen. Zwischen Elefanten, sich öffnenden Türen und dem Gesetz der Anziehung erkennt Anna ihre wahre innere Kraft – und gibt damit ihrem Leben eine völlig neue Richtung, von der sie nicht zu träumen gewagt hätte ...

Eine inspirierende Erzählung voller Magie und Weisheit, mit kraftvollen Übungen und Affirmationen für das eigene Leben.

Anna und der Zauber des Neuanfangs
von Anjana Gill

€ (D) 13,00 / € (A) 13,40 / CHF 18,50

208 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm

Taschenbuch, Klappenbroschur, 10 s/w Abbildungen

WG: 2930 Sachbücher/Psychologie, Esoterik, Spiritualität, Anthroposophie

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 14.10.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-70526-5



9 783453 705265

Referenztitel



Ojuna Altangerel-Wodnar
Tan-Dom-Medizin: Wie die Seele durch den Körper spricht
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 22.03.21



9 783778 793091

Urheberin



© Michael Wodnar

Ojuna Altangerel-Wodnar ist approbierte Ärztin und Schamanin. Sie stammt aus dem Stamm der Burjaten, einem Nomadenvolk am Baikalsee. Die erste einer Reihe großer schamanischer Lehrer war ihre Großmutter, ebenfalls Schamanin, bei der die Autorin ihre Kindheit und Jugend in der Steppe verbrachte. Medizin studierte sie an der Universität in Halle an der Saale. Auf Basis ihrer nomadischen Wurzeln und ihrer wissenschaftlichen Ausbildung verbindet Ojuna Altangerel-Wodnar in ihrer Arbeit Elemente der schamanischen Mystik mit Erkenntnissen der westlichen Schulmedizin.

Lange Jahre betrieb sie eine sehr erfolgreiche Praxis in Tübingen, wo sie auch vier Kinder aufzog. Mit ihrem heutigen Mann, dem Wiener Michael Wodnar, lebt und arbeitet sie nun in der Schweiz.



Oktober 2026

- Ein ganzheitlicher Blick darauf, wie Krankheit entsteht und Heilung geschieht
- Die Nomadenmedizin »Tan-Dom« vereint Schulmedizin mit Elementen des mongolischen Schamanismus
- Die Autorin ist Schamanin und approbierte Ärztin mit jahrzehntelanger Praxiserfahrung

»Ich schaue hinter die Generationen. Ich sehe, wo **Krankheit** entstanden ist, warum sie ausgerechnet jetzt und bei diesem Patienten ausbricht, und ich weiß, wie er **sich davon befreien** oder wenigstens gut damit leben kann.«

Mit dieser Haltung beschreibt Ojuna Altangerel-Wodnar ihre **besondere Heilarbeit**. Ihre Hände dienen ihr als Körperscanner, traditionelle Diagnoseformen wie Puls-, Zungen-, Iris-, Handlinien- und Gesichtslesen als Werkzeuge, die **Seele** ist ihr Stethoskop. Sie ist überzeugt: Nicht Diagnosen heilen – die Krankheit selbst weist den **Weg zur Gesundheit**. Hier erzählt die **Ärztin und Heilerin** von ihrem **Aufwachsen in der mongolischen Steppe, schamanischen Erfahrungen** und ihrem Verständnis von Heilung. **Fallbeispiele, Tipps und lebenspraktischer Rat** formen einen leidenschaftlichen Appell für **ganzheitliche Gesundheit und Versöhnung** mit dem eigenen Leben.

Tan-Dom-Medizin: Wie die Seele durch den Körper spricht
von Ojuna Altangerel-Wodnar

€ (D) 14,00 / € (A) 14,40 / CHF 20,50

ca. 272 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm

Taschenbuch, Broschur,

34 farbige Abbildungen, 16 Seiten Bildteil

WG: 2466 Ratgeber/Gesundheit/Alternative Heilverfahren

Originalverlag: Integral

Erscheinungstermin: 14.10.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-70533-3



9 783453 705333

Referenztitel



Cameron Bloom;
Bradley Trevor Greive
Penguin Bloom
Hardcover 24,00 € [D],
ET: 26.07.21



9 783328 602200



Cameron Bloom;
Bradley Trevor Greive
Penguin Bloom
Taschenbuch 14,00 € [D]
ET: 12.11.18



9 783328 103653

Zielgruppengenaues Marketing

im Bereich Lebenshilfe und Persönlichkeitsentwicklung

Online-Werbung

Reichweitenstarke
Anzeigenkampagnen auf
Facebook, Instagram und
Amazon mit hohem
Zielgruppenpotenzial

Print-Werbung

in Magazinen wie

- bewusster leben
- moment by moment
- Psychologie heute

Begleitung auf den Plattformen der Verlagegruppe:

Social Media

Website/Newsletter

Urheberin



© Alex del Rio

Elsa Punset zählt zu den bekanntesten Stimmen Spaniens im Bereich von emotionaler Intelligenz und Persönlichkeitsentwicklung. Als Schriftstellerin und Publizistin hat sie zahlreiche Bestseller für Erwachsene veröffentlicht, ihre Kinderbücher wurden in über fünfzehn Sprachen übersetzt und begeistern Millionen von Leser*innen weltweit. Mit einer fundierten Ausbildung in Philosophie, Geisteswissenschaften und Pädagogik verbindet Elsa Punset tiefes Wissen mit langjähriger Erfahrung in der Vermittlung emotionaler Themen.



November 2026

- Wie die Rettung eines kleinen Spatzen zeigt, was im Leben wirklich zählt
- Ein berührendes Memoir, das Zuversicht, Kraft und Mut zur Veränderung schenkt
- Bereits über 2 Mio. verkaufte Bücher von Elsa Punset in Spanien – für Leser*innen von *Penguin Bloom* und *H wie Habicht*

SPITZENTITEL

Als Elsa Punset einen winzigen, zitternden **Spatzen** vom Boden aufliebt und mit nach Hause nimmt, ahnt sie nicht, dass dieser verletzte Vogel ihr **Leben verändern** wird. Seine Rettung wird zum **Sinnbild** für **Neubeginn**, **innere Stärke** und **leisen Mut**. *Flügel zum Fliegen* erzählt die wahre, poetische Geschichte dieses kleinen Spatzen – und erinnert uns daran, dass wir weiterfliegen können, auch wenn wir verletzt oder müde sind. Behutsam lädt Elsa Punset dazu ein, **loszulassen**, was uns nicht mehr guttut, **neue Energie** zu schöpfen und den **Kontakt zu sich selbst** und zur Welt wiederzufinden.

Ein zartes, berührendes Buch für alle, die sich beflügeln, stärken und zu neuen Schritten im Leben ermutigen lassen wollen.

Flügel zum Fliegen

von Elsa Punset
Übersetzer: Kirsten Brandt

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 11.11.2026

€ (D) 16,00 / € (A) 16,50 / CHF 22,90

256 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Klappenbroschur

WG: 1933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

ISBN/GTIN: 978-3-453-70535-7



9 783453 705357

Referenztitel



Sue Dhaibi
Mit dem Jenseits kommunizieren
Taschenbuch 12,00 € [D]
ET: 14.06.23



Mystic Michaela
Handbuch der Übersinnlichkeit. Entdecke deine medialen Fähigkeiten und verborgenen Kräfte. Ein Praxisbuch mit zahlreichen Übungen
Paperback 9,95 € [D]
ET: 20.03.24



MaryAnn DiMarco
Medium Mentor – Entdecke deine medialen Fähigkeiten
Paperback 16,00 € [D]
ET: 18.01.23



Helané Wahbeh
Das große Buch vom Channeln
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 31.08.22



Paperback

Oktober 2026

- Die Neuausgabe des Bestsellers – über 100.000 verkaufte Exemplare im deutschsprachigen Raum
- Das ultimative Praxisprogramm, um verborgene übersinnliche Fähigkeiten in sich zu wecken und aktiv zu nutzen
- Spiritualität trifft Wissenschaft: Der Autor ist Neurologe und Biochemiker mit eigenem Forschungsinstitut in den USA

Urheber

Pete A. Sanders ist Ehrenabsolvent des *Massachusetts Institute of Technology* mit Hauptstudien in Biochemie und Gehirnforschung. Er wurde für ein Medizinstudium an der Harvard Medical School angenommen, entschied sich aber stattdessen für eine unabhängige Erforschung der Potenziale von Körper, Geist und Seele, um die »Free Soul Method« zu entwickeln – gezielte Techniken, mit denen man seine eigene Erleuchtung herbeiführen kann. Nachdem Sanders fünf Jahre lang durch die Welt gereist war, um seine Techniken zu testen, gründete er 1980 die gemeinnützige *Free-Soul-Mind/Body-Education* in Sedona, Arizona. Er gilt als der führende Experte für Sedonas berühmte Vortex-Meditationsplätze.

Verborgene Fähigkeiten nutzen, die weit über das Alltägliche hinausgehen? Das können wir alle! Doch nur wenige wissen, dass ihnen solche **medialen Gaben** zur Verfügung stehen. Pete A. Sanders hat während seines Studiums der Biochemie und Neurologie **Methoden** entdeckt, die uns allen **Zugang zu erweiterter Wahrnehmung** ermöglichen. Er zeigt, wie der **Körper** als **übersinnliche Antenne** dient, dass die **Intuition** sich als zuverlässige Informationsquelle erweist und wie beim **medialen Hören** unsere **innere Stimme** zu uns spricht, um uns zu unterstützen und zu leiten. Auch **Hellsehen** und **Aura-Lesen** gehören zu den **spannenden Phänomenen** und **Potenzialen**, die bisher oft noch im Verborgenen schlummern und **jetzt zugänglich** werden. Eine faszinierende Reise zu noch wenig erforschten **menschlichen Potenzialen**, die völlig neue **Dimensionen** des **Bewusstseins** erschließt.

Das Handbuch übersinnlicher Wahrnehmung

von Pete A. Sanders
Übersetzer: Manuela Pervez

Originalverlag: Macmillan Publishing Company

Erscheinungstermin: 14.10.2026

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50

288 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Broschur,

WG: 2472 Ratgeber/Spiritualität/Esoterik

ISBN/GTIN: 978-3-453-70537-1



Referenztitel



Roxie Nafousi
Selbstvertrauen. Erkenne deinen wahren Wert
Hardcover 20,00 € [D]
ET: 27.08.25



9 783778 793381



Bahar Yilmaz
Das Risiko, du selbst zu sein
Hardcover 20,00 € [D]
ET: 28.09.22



9 783778 793176

Urheberin



© Talia Dinwiddie

Jill Wintersteen ist eine international bekannte spirituelle Lehrerin, Autorin und Gründerin der erfolgreichen Astrologie- und Wellness-Marke *Spirit Daughter*. Von Kalifornien aus inspiriert sie Menschen weltweit, ihr Leben bewusst und im Einklang mit kosmischen Zyklen zu gestalten. Nach einer erfolgreichen Laufbahn als Neurowissenschaftlerin an der Johns Hopkins Universität folgte sie ihrer inneren Berufung und gründete 2016 *Spirit Daughter* – eine Plattform, die Wege zu Transformation und Selbstkenntnis eröffnet und Leserinnen ermutigt, ihrer Intuition zu folgen und das Leben zu schaffen, das wirklich zu ihnen passt. In ihrer Arbeit verbindet Jill Atemarbeit, Intuition, Astrologie, Yoga und Traditionelle Chinesische Medizin. Sie hat mehr als 2,5 Millionen Follower in den sozialen Medien.



Paperback

Dezember 2026

- **Vertraue deiner inneren Stimme: Der Wegweiser in das Leben, das wirklich deins ist**
- **Mit Mut zur Veränderung Selbstzweifel überwinden und kraftvoll Neues wagen**
- **Von der Gründerin der weltweiten Community »Spirit Daughter«: über 2,5 Mio. Follower*innen, davon über 60.000 allein in Deutschland**

EMPFEHLUNGSTITEL

Tief in dir ruht eine Kraft, die nur darauf wartet, dein Leben zu verändern. Jill Wintersteen – Gründerin der beliebten Online-Community *Spirit Daughter* – nimmt dich an die Hand und erinnert dich daran, **wer du wirklich** bist. Ehrlich und berührend teilt sie ihren eigenen Weg und lädt dich mit inspirierenden **Erkenntnissen, Ritualen** und **einfachen Übungen** ein, dich für den **inneren Wandel** zu öffnen. Du lernst, deiner **Intuition** zu vertrauen, mit der **kosmischen Energie** zu fließen und deine **Wünsche** bewusst zu **manifestieren**. Verwurzt in **Achtsamkeit** und verbunden mit der **Magie des Universums** ist dieses Buch ein liebevoller **Wegweiser** für alle Frauen, die ihr **höchstes Potenzial** entfalten und ein Leben erschaffen wollen, das ihre **wahre Essenz** widerspiegelt. Denn du bist hier, um **dein eigenes Wunder** zu leben!

Spirit Daughter

von Jill Wintersteen
Übersetzer: Juliane Molitor

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 10.12.2026

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50

304 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Klappenbroschur

WG: 2933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

ISBN/GTIN: 978-3-453-70536-4



9 783453 705364

Zielgruppengenaues Marketing

im Bereich Lebenshilfe und Persönlichkeitsentwicklung



Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:



Social Media



Website/Newsletter



Online-Werbung

Reichweitenstarke
Anzeigenkampagnen auf
Facebook, Instagram und
Amazon mit hohem
Zielgruppenpotenzial



Print-Werbung

in Magazinen wie:

- bewusster leben
- moment by moment
- Psychologie heute



Referenztitel



Aljoscha Long; Ronald Schweppe
Die 7 Geheimnisse der Schildkröte
 Taschenbuch 13,00 € [D]
 ET: 15.11.23



9 783453 704664



Aljoscha Long; Ronald Schweppe
Der Panda und der Schatz der Achtsamkeit
 Taschenbuch 12,00 € [D]
 ET: 12.06.24



9 783453 704824



Aljoscha Long; Ronald Schweppe
Der Panda und das Geheimnis der Gelassenheit
 Taschenbuch 13,00 € [D]
 ET: 10.08.22



9 783453 704541



Aljoscha Long; Ronald Schweppe
Der Panda und das Wunder der Selbstliebe
 Taschenbuch 13,00 € [D]
 ET: 16.04.26



9 783453 705197

Urheber

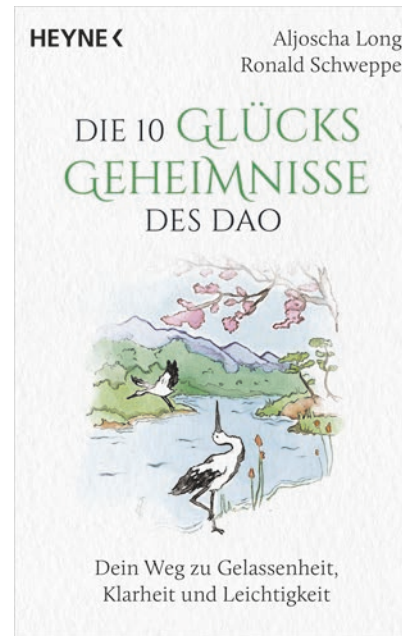


© Dominik Rößler/Penguin Random House GmbH



© Dominik Rößler/Penguin Random House GmbH

Aljoscha Long und Ronald Schweppe sind international bekannte Bestsellerautoren, die ganzheitliche Lebenskunst auf leicht verständliche Art und Weise kompetent zu vermitteln verstehen. Moderne Psychologie, zeitgemäße Philosophie und östliche Spiritualität fließen in ihren Werken harmonisch zusammen. Aljoscha Long ist Psychologe, Therapeut und Kampfkunstlehrer, Ronald Schweppe ist Orchestermusiker und Meditationslehrer.



Februar 2027

- **Die Glücks-Geheimnisse des Daoismus in 10 einfachen Lektionen: dem natürlichen Fluss des Lebens folgen und Leichtigkeit in den Alltag bringen**
- **Mit inspirierenden Impulsen, einfachen Übungen und wertvollen Meditationen für Gelassenheit, innere Klarheit und Lebensfreude**
- **Weit über 1 Mio. verkaufte Bücher und Kartensets der Bestsellerautoren im deutschsprachigen Raum**

BESTSELLERAUTOREN

Was wäre, wenn wir aufhören würden, alles zu erzwingen? Statt ständiger **Selbstoptimierung** und dem Gefühl, **alles kontrollieren** zu müssen, lehrt der Daoismus: Wahre Stärke liegt in der Kunst, sich dem **natürlichen Fluss des Lebens** anzuvertrauen. Dieses Buch zeigt, wie die **uralten Prinzipien des Dao** – Einfachheit, Balance und Wu Wei – uns helfen, **Stress zu reduzieren, Entscheidungen klarer zu treffen und innere Ruhe zu finden**. Mit **praktischen Übungen** und inspirierenden **Weisheitsgeschichten** zeigen die Bestsellerautoren Ronald Schweppe und Aljoscha Long, wie wir die **10 Glücksgeheimnisse des Dao** in allen Lebenslagen ganz **ohne Anstrengung** umsetzen können: für **Gelassenheit, innere Ruhe und Leichtigkeit** – im **Einklang mit uns selbst** und der Natur.

Die 10 Glücksgeheimnisse des Dao
 von Aljoscha Long; Ronald Schweppe

€ (D) 13,00 / € (A) 13,40 / CHF 18,50

208 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm
 Taschenbuch, Klappenbroschur, 10 s/w Abbildungen
 WG: 2476 Ratgeber/Spiritualität/Östliche Weisheit

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 10.02.2027

ISBN/GTIN: 978-3-453-70538-8



9 783453 705388

Referenztitel



George Lizos
Schütze dein Licht
Quality Paperback 20,00 € [D]
ET: 26.04.23



George Lizos
Das Geheimnis der Manifestation
Paperback 16,00 € [D]
ET: 14.01.26



Urheber



© Ioanna Morfinou

George Lizos ist spiritueller Lifecoach, Mitbegründer von *Elemental Healing* und der *Intuition Mastery School™*. Als Gastgeber des *The Lit Up Lightworker Podcasts* sowie als Initiator einer Online-Gemeinschaft auf Facebook von hochsensiblen Lichtarbeitern und spirituellen Unternehmern wurde er von *Health Blog Awards* zu einem der 50 wichtigsten Influencer spiritueller Energiearbeit ernannt. George Lizos gibt regelmäßig transformative Workshops, die dabei helfen, mentale und seelische Blockaden zu überwinden und konsequent der eigenen Bestimmung zu folgen.



Januar 2027

- »Dies ist das klarste, umfassendste und zugänglichste Buch über psychisch-spirituellen Selbstschutz, das ich je gelesen habe.« *Diana Cooper*
- Für alle, die Energieräuber wirksam abwehren und die eigene Lebenskraft wieder aufladen wollen – mit vielen praktischen Übungen und Fallbeispielen
- George Lizos ist einer der wichtigsten Influencer für spirituelle Energiearbeit und gibt regelmäßig Seminare in Deutschland

Wir alle kennen es: Man ist mit einem bestimmten Menschen zusammen und fühlt sich danach leer und kraftlos. Man betritt einen Raum und verspürt sofort ein seltsames Unbehagen. Dies bewirken **unsichtbare Energien, die uns Lebenskraft rauben**. Doch davor können wir uns schützen!

Der beliebte spirituelle Lifecoach George Lizos präsentiert die **besten Methoden zur Abwehr von Krafträubern** und anderen toxischen energetischen Einflüssen. Seine **Übungen, Rituale und Visualisierungen** bieten hochwirksame Strategien, um sich zuverlässig vor bewussten oder unbewussten Attacken zu schützen. Schritt für Schritt bauen wir einen sicheren **Selbstschutz für Körper, Geist und Seele** auf – und unsere kostbare **Lebensenergie** kann wieder frei und ungehindert fließen.

Schütze dein Licht
von George Lizos
Übersetzer: Juliane Molitor

Originalverlag: Hampton Roads Publishing

Erscheinungstermin: 13.01.2027

€ (D) 13,00 / € (A) 13,40 / CHF 18,50
288 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm
Taschenbuch, Broschur,
WG: 2472 Ratgeber/Spiritualität/Esoterik

ISBN/GTIN: 978-3-453-70532-6



9 783453 705326

Referenztitel



Dan Millman
Der Pfad des friedvollen Kriegers
Taschenbuch 13,00 € [D]
ET: 14.10.13



Karolien Notebaert
Drei Tage, zwei Frauen, ein Affe und der Sinn des Lebens
Taschenbuch 11,00 € [D]
ET: 11.07.22



Miguel Ángel Montero
Der Mann, der Angst hatte zu leben
Taschenbuch 13,00 € [D]
ET: 11.02.26



Urheber



© privat

Miguel Ángel Montero ist ein spanischer Grundschullehrer und Schriftsteller, der sich intensiv mit menschlichem Verhalten und den Geheimnissen des Glücks beschäftigt. Er hat über 60 Länder bereist und seine Erfahrungen und Erkenntnisse in seinen Büchern verarbeitet. Montero ist bekannt für seine inspirierenden und emotionalen Geschichten, die Themen wie Liebe, Motivation und persönliche Entwicklung behandeln. Seine Romane sollen unterhalten, lehren, begeistern und das zeigen, was man nicht sehen, sondern nur fühlen kann. Seine Erzählung »Der Mann, der Angst hatte zu leben«, zunächst im Eigenverlag erschienen, wurde in Spanien zum Bestseller.

März 2027



- Vom Autor des Bestsellers »Der Mann, der Angst hatte zu leben« – bereits über 100.000 verkaufte Exemplare in Spanien
- Eine inspirierende Erzählung über die mutige Reise zu sich selbst, die Herz und Seele berührt
- Für alle Leser*innen von John Strelecky, Paolo Coelho und Tessa Randau

Alicia, eine begabte **Violonistin** in ihren Dreißigern, funktioniert nur noch – ihr Leben, einst voller Klang und Farben, ist stumm geworden. Die Musik, die früher direkt aus ihrem Herzen strömte, scheint für immer verloren. Als sie Job, Gesundheit und den Glauben an sich selbst zu verlieren droht, fühlt sie nur noch Leere. Doch dann begegnet sie Samin, einem **geheimnisvollen, weisen Mentor**. Mit viel **Einfühlungsvermögen**, Fragen, die unter die Haut gehen, und kleinen, **heilsamen Ritualen** begleitet er Alicia zurück zu ihrer inneren Melodie – zu **Selbstliebe, Lebendigkeit** und dem Mut, ihr eigenes, **wahrhaftiges Leben** wieder zu träumen.

Eine poetische, berührende Erzählung für alle, die spüren, dass noch so viel mehr in ihnen schlummert – eine Einladung, der **leisen Stimme des eigenen Herzens** wieder zu vertrauen.

Die Frau, die das Lied ihres Lebens wiederfand

von Miguel Ángel Montero
Übersetzer: Sybille Martin

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 10.03.2027

€ (D) 13,00 / € (A) 13,40 / CHF 18,50

272 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm

Taschenbuch, Broschur,

WG: 2937 Sachbücher/Spiritualität

ISBN/GTIN: 978-3-453-70529-6



Referenztitel



David Michie
Die Katze des Dalai Lama
Taschenbuch 13,00 € [D]
ET: 11.11.19
Band 1



9 783453 703810



David Michie
**Die Katze des Dalai Lama und
der Zauber des Augenblicks**
Taschenbuch 12,00 € [D]
ET: 08.03.21
Band 3



9 783453 704077



David Michie
**Die Katze des Dalai Lama und die
Kunst des Schnurrens**
Taschenbuch 12,00 € [D]
ET: 14.09.20
Band 2



9 783453 703926



David Michie
**Die Katze des Dalai Lama und die
vier Geheimnisse des Glücks**
Taschenbuch 11,00 € [D]
ET: 12.04.23
Band 4



9 783453 704466

Urheber



© Hay House Publishers

David Michie, geboren in Zimbabwe, lebt heute in Australien. Ursprünglich Thriller-Autor, gelingt es dem praktizierenden Buddhisten und Meditationslehrer mit Bravour, buddhistische Gedanken in moderner, verständlicher Form einem breiten Publikum nahezubringen. David Michies Bücher wurden in 25 Sprachen übersetzt, die Romane über die Abenteuer der Katze des Dalai Lama sind internationale Bestseller.

Februar 2027



- **Die Abenteuer der »Katze Seiner Heiligkeit« – über 180.000 verkaufte Exemplare der vergnüglichen und inspirierenden Romanreihe**
- **Erleuchtungssuche auf vier Pfoten: die kleine Schneelöwin entdeckt das Geheimnis des Manifestierens**
- **Ein bezaubernder Roman, der auf wunderbar leichte Art buddhistische Lebensweisheit vermittelt und wertvolle Impulse für ein glückliches, erfülltes Leben schenkt**

Überall auf der Welt haben Menschen und Tiere Träume und Wünsche. So auch im **Kloster in Dharamsala**, wo sich die **Katze des Dalai Lama** fragt, wie ihre Herzenswünsche endlich wahr werden können. Wer wüsste darüber besser Bescheid als Seine Heiligkeit? Und so spitzt die »kleine Schneelöwin« die Ohren und macht sich auf die Suche nach **den Geheimnissen des Manifestierens ...**

Auf wunderbar leichte und vergnügliche Art vermittelt das kleine Kätzchen buddhistische Weisheit – und zeigt, wie wir mit klarem Geist und mitfühlendem Herzen **dauerhaftes Glück und wahre Erfüllung in unser Leben ziehen** können.

Die Katze des Dalai Lama und die Magie der Wünsche
Band 6
von David Michie
Übersetzer: Kristof Kurz

€ (D) 13,00 / € (A) 13,40 / CHF 18,50
ca. 272 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm
Taschenbuch, Broschur,
WG: 2116 Belletristik/Romanhafte Biografien

Originalverlag: Conch Books

Erscheinungstermin: 10.02.2027

ISBN/GTIN: 978-3-453-70534-0

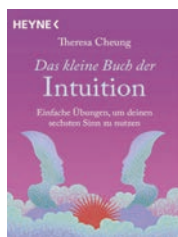


9 783453 705340

Unsere kleinen Bücher - Die Backlist (jeweils 96 S., Format 10,5 x 14,7 cm)



978-3-453-70382-7
€ 8,99 [D] | € 9,30 [A] CHF 13,50*



978-3-453-70514-2
€ 10,00 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



ÜBER 620.000 VERK. EX.



978-3-453-70310-0
€ 9,99 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



ÜBER 35.000 VERK. EX.



978-3-453-70359-9
€ 9,99 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



ÜBER 130.000 VERK. EX.



978-3-453-70345-2
€ 10,00 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



ÜBER 45.000 VERK. EX.



978-3-453-70355-1
€ 8,99 [D] | € 9,30 [A] CHF 13,50*



978-3-453-70464-0
€ 9,99 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



978-3-453-70430-5
€ 8,99 [D] | € 9,30 [A] CHF 13,50*



978-3-453-70470-1
€ 10,00 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



978-3-453-70431-2
€ 8,99 [D] | € 9,30 [A] CHF 13,50*



978-3-453-70383-4
€ 9,99 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



978-3-453-70503-6
€ 10,00 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



ÜBER 40.000 VERK. EX.



978-3-453-70364-3
€ 8,99 [D] | € 9,30 [A] CHF 13,50*



978-3-453-70344-5
€ 9,99 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



978-3-453-70376-6
€ 8,99 [D] | € 9,30 [A] CHF 13,50*



978-3-453-70397-1
€ 9,99 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



978-3-453-70419-0
€ 8,99 [D] | € 9,30 [A] CHF 13,50*



978-3-453-70442-8
€ 8,99 [D] | € 9,30 [A] CHF 13,50*



Unsere Top-Titel im Heyne TB Körper, Geist und Seele



Barbara Pachtl-Eberhart
Vier minus drei (Filmausgabe)
Taschenbuch, 352 S., 11,8 x 18,7 cm
978-3-453-70506-7
€ 13,00 [D] | € 13,40 [A] CHF 18,50*



SPIEGEL BESTSELLER



Louise Hay, Affirmationen –
Die lebensverändernde Kraft deiner Gedanken
Taschenbuch, 176 S., 11,8 x 18,7 cm
978-3-453-70456-5
€ 12,00 [D] | € 12,40 [A] CHF 17,50*



Louise Hay, Die grenzenlose Kraft
deiner Gedanken.
Das Affirmations-Journal
Paperback, 144 S., 13,5 x 21,5 cm
978-3-453-71000-9
€ 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*



Aljoscha Long; Ronald Schweppe
Das Geheimnis der Buddha-Katze
Taschenbuch, 272 S., 11,8 x 18,7 cm
978-3-453-70501-2
€ 12,00 [D] | € 12,40 [A] CHF 17,50*



50.000 VERKAUFTE EXEMPLARE



Anjana Gill, Der kleine Elefant, der den
Menschen das Glück brachte
Taschenbuch, 304 S., 11,8 x 18,7 cm
978-3-453-70443-5
€ 13,00 [D] | € 13,40 [A] CHF 18,50*



Anke Evertz
Neun Tage Unendlichkeit
Taschenbuch, 256 S., 11,8 x 18,7 cm
978-3-453-70471-8
€ 13,00 [D] | € 13,40 [A] CHF 18,50*



Diana Cooper, Die Goldene Zukunft
in der 5. Dimension
Taschenbuch, 368 S., 11,8 x 18,7 cm
978-3-453-70521-0
€ 14,00 [D] | € 14,40 [A] CHF 20,50*



Shisha Rainbow, WitchPower –
Entdecke deine magischen Kräfte
Paperback, 336 S., 13,5 x 20,6 cm
978-3-453-70500-5
€ 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*



Marko C. Lorenz, Verflucht im Kopf!
Paperback, 240 S., 13,5 x 20,6 cm
978-3-453-70517-3
€ 15,00 [D] | € 15,50 [A] CHF 21,50*



Zeit für **mehr** Umsatz

Erfolgreich durch das Ratgeber-Jahr

- + Verlässliche und hochverkäufliche Titelauswahl
- + Attraktive Konditionen, hochwertiges POS-Material und digitale Werbepakete
- + Sorgenfreie Jahresplanung



Die neuesten Trends, Bestseller und Empfehlungen für Ihre Thementische und Schaufenster finden Sie jederzeit auf:
penguinrandomhouse.de/handel-ratgeber



Demokratie:
ist mehr als
nur ein Wort

Demokratie-
Aktion
lieferbar

**Aktion
schon
bestellt?**



**Inspirierende
Karten**
für jeden Tag

Aktionspaket,
Kartensets und
Möbel
ab Mai 2026



Rauhnächte
Mit der Natur
verbunden

Rauhnächte-
Aktion
ab September 2026



**Viel vor im
neuen Jahr?**
Hol dir die Story ...

Jahresstart-
Aktion 2027
ab Dezember 2026

Viel vor im neuen Jahr?

Hol dir die Story, die dich antreibt.



Aktion
schon
bestellt?



Menge	ISBN 978-3	Autor, Titel	Ausg.	AT	€ [D]	€ [AT]	CHF*
Basissortiment Bucket-List							
3	517-10494-2	Thomsen, Hybrid Training	PB	28.09.26	22,00	22,70	30,90
3	517-10483-6	Düring, Fasten ohne Krisen	PB	01.12.26	20,00	20,60	28,50
3	517-10493-5	Kemper, Der Ballaststoff-Effekt	PB	10.08.26	20,00	20,60	28,50
2	424-63265-1	Kattilathu, Der positive Gedanken-Trick	HC	17.08.26	22,00	22,70	25,50
2	424-63317-7	Linhart, Wo bist du, wenn du glücklich bist?	HC	14.09.26	20,00	18,50	22,90
2	424-15520-6	Harmonize, Du brauchst keine neue Diät, du brauchst neue	PB	07.12.26	22,00	22,70	30,90
2	424-15519-8	Burnight, Lange Leben, erfüllt bleiben	HC	21.09.26	22,00	22,70	30,90
2	442-34356-0	Zurhorst, Selbstbestimmt	HC	09.11.26	20,00	20,60	28,50
2	7913-9492-3	Paris. Stadt des Lichts	HC	07.09.26	38,00	39,10	49,90
2	7913-9494-7	Tokio. Tradition und Zukunft	HC	07.09.26	38,00	39,10	49,90
2	7913-9442-8	Everyday home. Bewusst wohnen im Rhythmus des Alltags	HC	28.09.26	26,00	26,80	35,90
2	442-18097-4	Tigchelaar; de Bos, Focus on. Die 4 größten Konzentrations ...	TB	07.12.26	13,00	13,40	18,50
2	442-18085-1	Carr, Endlich Schluss mit Vaping!	TB	21.10.26	14,00	14,40	20,50
2	442-18096-7	Kiefer/Stüben, Frauen und Alkohol	TB	01.12.26	14,00	14,40	20,50
1	466-37344-4	Steinbacher, Alte Bräuche neu entdecken	HC	17.08.26	22,00	22,70	30,90
1	7787-9345-9	Susman, Micropractice	PB	16.11.26	20,00	20,60	28,50
1	7787-9346-6	Roxanne, How to stop breaking your own heart	HC	17.08.26	22,00	22,70	30,90
1	466-34879-4	Nakano, Lucky people	HC	16.11.26	15,00	15,50	21,50
Freie Bestückung Basissortiment							
1	1	Wendeplakat A2					
2		Papiertasche (VE=25)					
Großes Paket mit 36 Exemplaren					765,00	788,20	1069,30
Freie Bestückung mit 15 Exemplaren					ca. 300,00	ca. 300,00	ca. 400,00

Werbemittel solange der Vorrat reicht. Preis- und Programmänderungen vorbehalten.
Tagesaktuelle Informationen und Ansprechpartner*innen finden Sie unter www.vlb-tix.de.

Die neuesten Trends, Bestseller und Empfehlungen für Ihre Thementische und Schaufenster finden Sie jederzeit auf:
penguinrandomhouse.de/handel-ratgeber



Auslieferung:
15.12.2026

Arkana | Goldmann | Integral | Irisiana
Kailash | Kösel | Prestel | Südwest

Aktion
schon
bestellt?

DEMOKRATIE

ist mehr als ein Wort –
entdecke ihre Geschichten.



Menge	ISBN 978-3	Autor, Titel	Ausg.	AT	€ [D]	€ [AT]	CHF*
Basissortiment Demokratie							
3	328-30481-4	von Schirach, Alexander NEU!	HC	16.02.2026	18,00	18,50	25,50
3	442-30240-6	Hoffmann, Raubzug von rechts NEU!	PB	02.03.2026	22,00	22,70	30,90
3	453-60735-4	Starken, Wenn der rechte Rand regiert NEU!	PB	02.03.2026	18,00	18,50	25,50
3	446-37362-8	Dr. Rosa, Demokratie braucht Religion – gerade jetzt! NEU!	HC	09.03.2026	14,00	14,40	20,50
2	453-28183-7	Koohestanian, Schwarz, Bereits für besser	HC	29.10.2025	20,00	20,60	28,50
2	442-32000-4	Dr. Oehl, Brand New Bundestag	PB	15.10.2025	18,00	18,50	25,50
2	466-31246-7	Dr.med. Renz-Polster, Demokratie braucht Erziehung	PB	24.09.2025	15,00	15,50	21,50
2	7306-1579-9	Krüss, Die Glücklichen Inselns hinter dem Winde. Die ...	HC	20.08.2025	7,95	7,95	11,90
2	8275-0200-1	Alexander, Letzte Chance	HC	25.06.2025	25,00	25,70	34,50
2	328-30363-3	Gerhardt, Gemeinsam? Na klar!	HC	12.02.2025	11,00	11,40	15,90
2	570-55504-0	Dr.h.c. Gauck, Dr. Hirsch, Erschütterungen	PB	15.01.2025	16,00	16,50	22,90
2	453-21915-1	Schäuble, Meiritz, Allianz der neuen Rechten	HC	10.09.2025	24,00	24,70	33,50
2	453-20031-9	Prof. Dr. von Arnim, Macht braucht Kontrolle	HC	14.08.2024	25,00	25,70	34,50
2	421-07003-6	Levitsky, Ziblat, Die Tyrannei der Minderheit	HC	15.05.2024	26,00	26,50	35,90
2	8275-0185-1	Ansell, Warum Politik so oft versagt	HC	24.04.2024	28,00	28,80	38,50
1	7913-7469-7	Ribeiro, Rodrigues, Im Dschungel wird gewählt	HC	21.09.2020	16,00	16,50	22,90
1	570-18016-7	Eisenbeiß, Checker Tobi – Der große Demokratie-Check	HC	23.11.2022	12,00	12,40	17,50
1	89667-766-2	Liebold, Unter Grund	HC	26.02.2025	24,00	24,70	33,50
1	630-87682-5	Saunders, Die kurze und schreckliche Regentschaft	HC	16.10.2024	20,00	20,60	28,50
Freie Bestückung Basissortiment							
1	1	Plakat A2					
1		Sticker, VE = 25					
Großes Paket mit 38 Exemplaren					719,90	740,80	1015,80
Freie Bestückung mit 15 Exemplaren					ca. 300,00	ca. 300,00	ca. 400,00

Werbemittel solange der Vorrat reicht. Preis- und Programmänderungen vorbehalten. Tagesaktuelle Informationen und Ansprechpartner*innen finden Sie unter www.vlb-tix.de.

Die neuesten Trends, Bestseller und Empfehlungen für Ihre Thementische und Schaufenster finden Sie jederzeit auf: penguinrandomhouse.de/handel-ratgeber

Anaconda | Blessing | cbj | DVA | Goldmann | Heyne | Kösel
Luchterhand | Pantheon | Penguin | Penguin Junior | Prestel Junior | Siedler



Aktion bereits
lieferbar



Weibliche AD(H)S
978-3-328-11415-4
 € 14,00 [D] | € 14,40 [A] CHF 20,50*
 16.09.2026



9 783328 114154



Suchtrisiko ADHS – Wenn das Gehirn nicht anders kann
978-3-453-60736-1
 € 14,00 [D] | € 14,40 [A] CHF 20,50*
 15.07.2026



9 783453 607361



So kommt der Kopf zur Ruhe
978-3-453-60739-2
 € 13,00 [D] | € 13,40 [A] CHF 18,50*
 15.07.2026



9 783453 607392



AD(H)S in der zweiten Lebenshälfte
978-3-466-34858-9
 € 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*
 29.04.2026



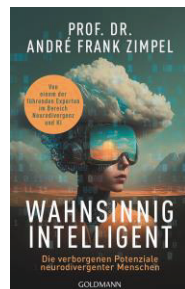
9 783466 348589



Ich lass dich los und geb dir Halt
978-3-466-31247-4
 € 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*
 25.02.2026



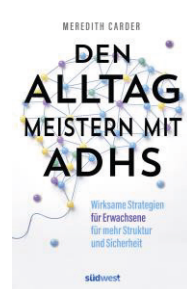
9 783466 312474



Wahnsinnig intelligent
978-3-442-31773-8
 € 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*
 23.04.2025



9 783442 317738



Den Alltag meistern mit ADHS
978-3-517-10383-9
 € 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*
 11.06.2025



9 783517 103839



So viel Freude, so viel Wut
978-3-328-10537-4
 € 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*
 09.08.2021



9 783328 105374



Dein Workbook gegen Kopfchaos
978-3-466-34819-0
 € 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*
 21.08.2024



9 783466 348190



Frisch im Kopf
978-3-421-04887-5
 € 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*
 17.05.2023



9 783421 048875

Female Empowerment



Nein ist ein ganzer Satz

978-3-442-39414-2

€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*
25.11.2026



9 783442 394142



Mein Name ist Barbra

978-3-442-77628-3

€ 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*
12.08.2026



9 783442 776283



Money Loves Me – Reichtum beginnt in dir

978-3-453-70528-9

€ 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*
10.06.2026



9 783453 705289



Nimm dir endlich, was dir zusteht - und hör auf, dich dafür zu entschuldigen

978-3-442-39464-7

€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*
27.05.2026



9 783442 394647



Niemannsland

978-3-442-32005-9

€ 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*
27.05.2026



9 783442 320059



Zukunft ist kein Männerding

978-3-453-60745-3

€ 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*
16.04.2026



9 783453 607453



Beklaute Frauen

978-3-328-11294-5

€ 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*
25.02.2026



9 783328 112945



Ich bin nicht eure Feelgood-Managerin!

978-3-466-31241-2

€ 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*
25.02.2026



9 783466 312412



Feminismus pur. 99 Worte.

978-3-453-21906-9

€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*
11.02.2026



9 783453 219069



Die Krise liebt Frauen wie dich

978-3-453-60727-9

€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*
21.01.2026



9 783453 607279

Unsere Kalender: Bestellen Sie jetzt!

Alle Kalender der Penguin Random House Verlagsgruppe
finden Sie in VLB TIX



Taschenkalender
978-3-442-39539-2
€ 9,00 [D] | € 9,00 [A] CHF 13,90*



Abreißkalender
978-3-442-39534-7
€ 17,00 [D] | € 17,00 [A] CHF 25,50*



Wochenkalender
978-3-442-39536-1
€ 11,00 [D] | € 11,00 [A] CHF 16,50*



Broschur
978-3-442-18069-1
€ 12,00 [D] | € 12,00 [A] CHF 17,90*



Wandkalender
978-3-442-39543-9
€ 16,00 [D] | € 16,00 [A] CHF 23,90*



Taschenkalender
978-3-453-23969-2
€ 9,00 [D] | € 9,00 [A] CHF 13,90*



Wandkalender
978-3-453-23973-9
€ 17,00 [D] | € 17,00 [A] CHF 25,50*



Taschenkalender
978-3-453-23972-2
€ 12,00 [D] | € 12,00 [A] CHF 17,90*



Abreißkalender
978-3-453-23970-8
€ 17,00 [D] | € 17,00 [A] CHF 25,50*



Pappband
978-3-453-23968-5
€ 22,00 [D] | € 22,00 [A] CHF 31,90*





Abreißkalender
978-3-517-10450-8
 € 6,99 [D] | € 6,99 [A] CHF 10,90*



Abreißkalender
978-3-517-10451-5
 € 15,00 [D] | € 15,00 [A] CHF 22,50*



Abreißkalender
978-3-517-10425-6
 € 14,00 [D] | € 14,00 [A] CHF 20,90*



Abreißkalender
978-3-517-10442-3
 € 14,00 [D] | € 14,00 [A] CHF 20,90*



Abreißkalender
978-3-517-10458-4
 € 14,00 [D] | € 14,00 [A] CHF 20,90*



Abreißkalender
978-3-517-10454-6
 € 16,00 [D] | € 16,00 [A] CHF 23,90*



Abreißkalender
978-3-517-10455-3
 € 14,00 [D] | € 14,00 [A] CHF 20,90*



Abreißkalender
978-3-424-63293-4
 € 14,00 [D] | € 14,00 [A] CHF 20,90*



Abreißkalender
978-3-424-63294-1
 € 16,00 [D] | € 16,00 [A] CHF 23,90*



Wandkalender
978-3-442-39544-6
 € 16,00 [D] | € 16,00 [A] CHF 23,90*



Abreißkalender
978-3-442-39546-0
 € 15,00 [D] | € 15,00 [A] CHF 22,50*



Abreißkalender
978-3-442-39545-3
 € 15,00 [D] | € 15,00 [A] CHF 22,50*



Abreißkalender
978-3-453-23976-0
 € 15,00 [D] | € 15,00 [A] CHF 22,50*



Wandkalender
978-3-453-23979-1
 € 20,00 [D] | € 20,00 [A] CHF 29,50*



Wandkalender
978-3-453-23980-7
 € 16,00 [D] | € 16,00 [A] CHF 23,90*



Unser Handels-Service für die Warengruppe Ratgeber

Hier finden Sie monatlich:

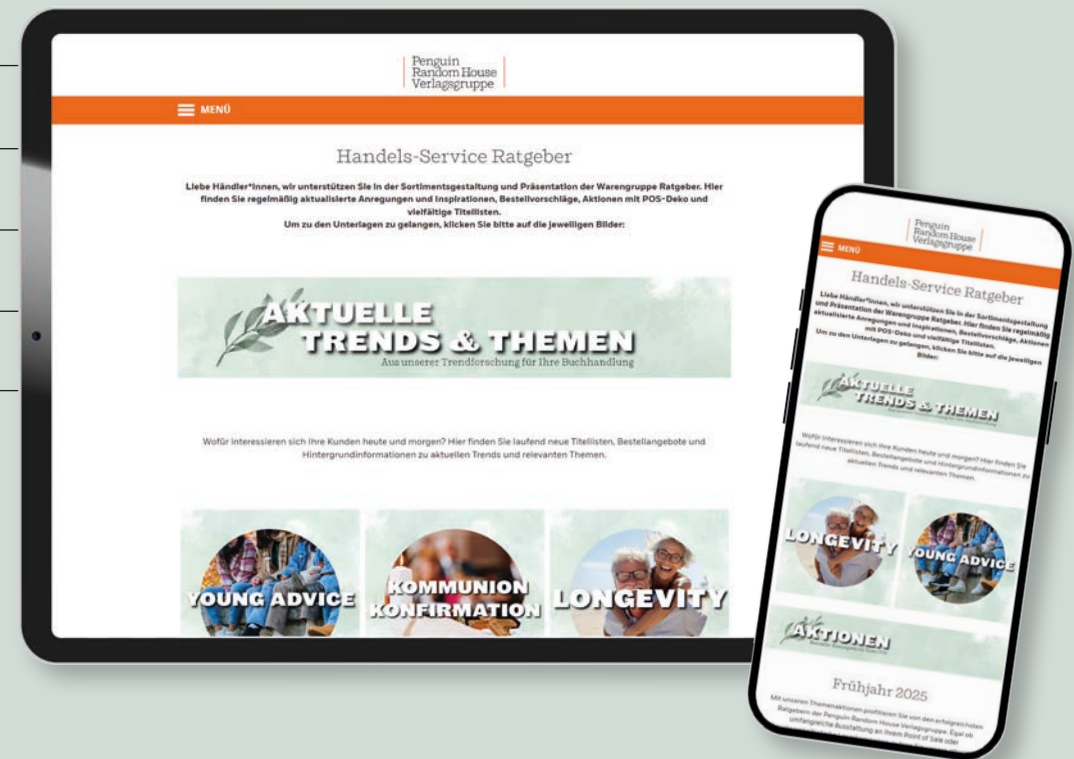
Aktuelle Trends und Themen

Bestseller

Aktionen mit PoS-Deko

Monatliche Empfehlungen

**Jahreskalender mit aktuellen
Titellisten**



Das gesamte Service-Angebot auf einer Website

Tagesaktuelle Informationen

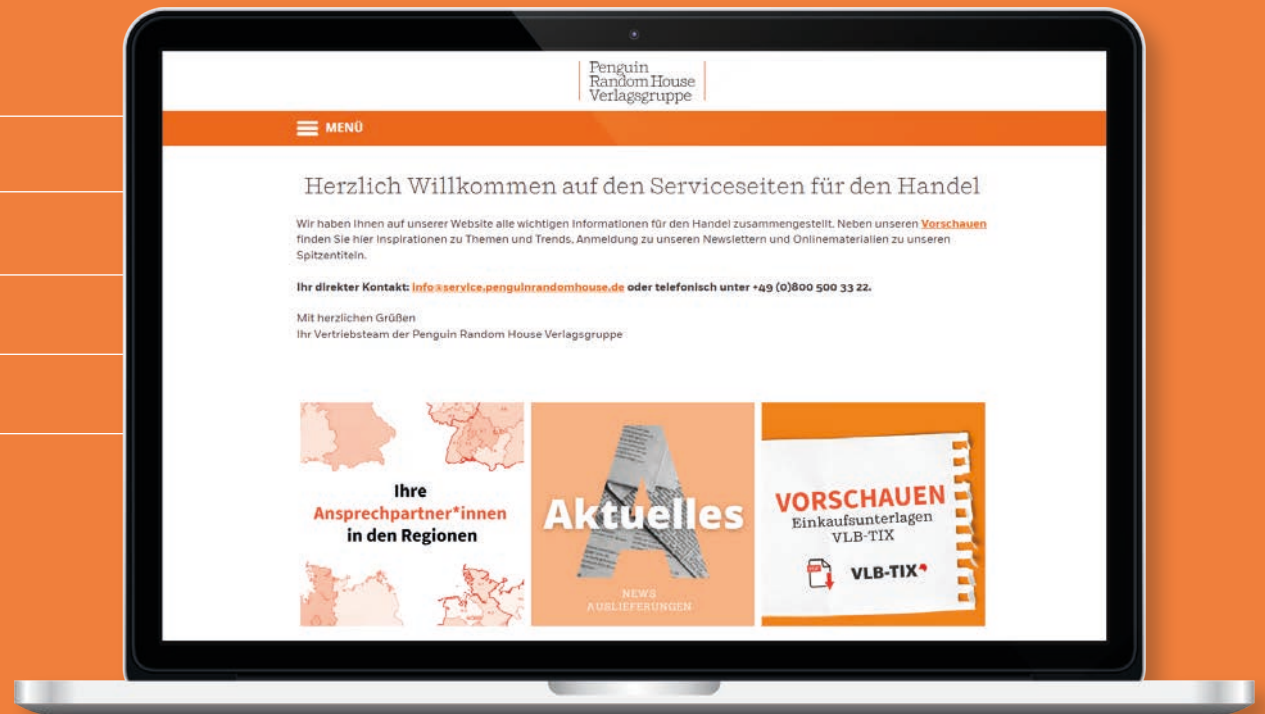
Zusatzmaterial

Vorschauen

Leseexemplare

Veranstaltungsangebote

Newsletter



Bestellungen, Informationen und Reklamationen

Wenden Sie sich bitte an unsere Kundenbetreuung Innendienst:

Montag bis Freitag: 9:00 bis 15:00 Uhr
Tel. 0800 5003322 (kostenlos)
Fax 089 4136-3333
info@service.penguinrandomhouse.de

Ihre persönlichen Ansprechpartner*innen im Verkauf (Innen- und Außendienst)
sowie für den Presse- und Veranstaltungsbereich finden Sie unter:
service.penguinrandomhouse.de.

Zusatzmaterial

Grafiken für Ihren Webshop und Social Media, aktuelle Themen und Trends
mit Titellisten und Ideen zur Gestaltung in Ihrer Buchhandlung:
penguinrandomhouse.de/handel

Cover, Fotos, Leseproben, digitale Werbepakete zum Download und
tagesaktuelle Informationen: **vlbtix.de**

Stand: 17. April 2026

produktsicherheit@penguinrandomhouse.de
(Vorstehende Angaben sind zugleich
Pflichtinformationen nach GPSR)

Titelbild: © Wilhelm typo grafisch, Zollikon unter Verwendung
von Bildern von shutterstock (leskovets)

Penguin
Random House
Verlagsgruppe

Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH
Neumarkter Str. 28, 81673 München

Auslieferung

Deutschland

VVA-Arvato Media GmbH
Reinhard-Mohn-Straße 100, 33333 Gütersloh

Bestellungen und transportbedingte
Reklamationen bitte direkt an die VVA

Kundenbetreuung

Fax 05241 5273304

Orte A-D

Theresa Sieverding | Tel. 05241 80-49627

Orte E-J

Anne Krohn | Tel. 05241 80-73465

Orte K-O

Paula Nolte | Tel. 05241 80-88428

Orte P-R

Simone Pfeiffer | Tel. 05241 80-73034

Orte S-Z

Anja Brunnert | Tel. 05241 80-42107

Österreich

Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH
Sulzengasse 2, A-1230 Wien

Tel. 01 680-14-0

Fax 01 688-71-30 oder 689-68-00

bestellung@mohrmorawa.at

Schweiz

Buchzentrum AG
Industriestraße Ost 10, CH-4614 Hägendorf

Tel. 062 2092626

Fax 062 2092627

kundendienst@buchzentrum.ch

* empfohlener Verkaufspreis in der Schweiz

© 2026 Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH