

Unsere Sachbuch-Autor*innen für Ihre Lesungen und Veranstaltungen

FRÜHJAHR / SOMMER 2025



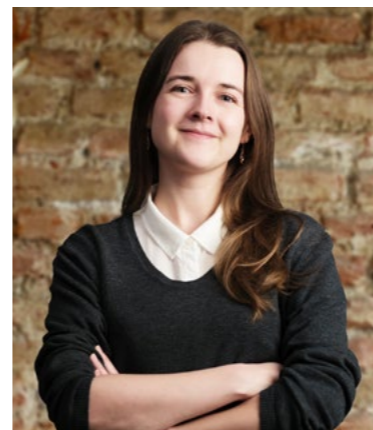
ARISTON 
LUDWIG HEYNE 

Liebe Kolleg*innen im Buchhandel und in den Veranstaltungsforen,
welche Themen erwarten Sie bei unseren Autor*innen im Frühjahr / Sommer 2025?

Warum wählen Menschen die AfD? Politik-Aufklärerin **SALLY LISA STARKEN** ist zu Besuch am rechten Rand unserer Gesellschaft. **BORIS VON HEESEN** appelliert für eine Verkehrspolitik, von der alle profitieren. 80 Jahre Kriegsende: Der Stress- und Traumaexperte **LOUIS LEWITAN** und **STEPHAN LEBERT** sprechen über die vererbten Traumata in deutschen Familien – und warum das jahrzehntelange Schweigen jetzt aufbricht. **HUBERTUS MEYER-BURCKHARDT** erzählt, wie seine geliebte Großmutter ihn geprägt hat. Der transgender Schauspieler **BRIX SCHAUMBURG** macht die Vielfalt queerer Lebensrealitäten sichtbar. **JULIA DETTMER** zeigt, wie man nach Schicksalsschlägen wieder nach vorne schauen kann. **CAROLIN STÜDEMANN** kämpft als eines der Gesichter der bekannten NGO Viva con Agua für Wasser für alle. Der Bestseller-Autor **PETER WOHLLEBEN** lässt einen Baum seine eigene Geschichte erzählen. **MICHAEL MARTIN** nimmt uns mit auf Motorrad-Abenteuer durch fünf Kontinente. **KATHRIN HARTMANN** erzählt von Aktivist*innen, die sich erfolgreich gegen Profitgier und Naturzerstörung behauptet haben. **BRIGITTE WITZER** präsentiert Perspektiven für eine zeitgemäße Führung – ohne autoritäre Machtspiele. Er ist Deutschlands bekanntester Social-CEO: **CONSTANTIN BUSCHMANN** verrät sein Erfolgsgeheimnis. **NINA RUGE** liefert wissenschaftliche Erkenntnisse, wie wir in Zukunft deutlich länger gesund und jung bleiben. Metal-Ikone **SABINA CLASSEN** und Psychologe **NICO ROSE** zeigen, wie man Selbstzweifel überwindet und selbstbestimmt lebt. Der ehemalige BKA-Ermittler **THORSTEN HOFMANN** weiht in die Verhandlungstechniken von FBI und Interpol ein.

Diese und weitere spannende Themen erwarten Sie und wir freuen uns über Ihr Interesse an vielen Lesungen, Vorträgen und Podiumsdiskussionen.

Mit herzlichen Grüßen



Veranstaltungsorganisation
Jennifer Krepinsky
Tel. +49 (0) 89-41 36-26 56
jennifer.krepinsky@penguinrandomhouse.de



ZU BESUCH AM RECHTEN RAND

SALLY LISA STARKEN

geboren 1990, ist freie Journalistin, Moderatorin, Podcasterin und Content Creatorin: Sie moderiert, schreibt und spricht vor der Kamera, auf Bühnen und in den Sozialen Medien über Politik, News und Female Empowerment. Sie war Gründerin der Initiative #stattblumen und WAHLTRAUT, der feministischen Wahlmutter. Auf Instagram und als Podcast-Host erklärt sie täglich Politik – aktuell in ihrem Format »Die Informantin«. Sie ist Autorin zweier Kinderbücher über Demokratie und Klimaschutz.

Die AfD: Eine Partei, die vom Verfassungsschutz in Teilen als gesichert rechtsextrem eingestuft wird und gleichzeitig Zustrom von vielen Wähler*innen erhält. Doch was lässt die Menschen glauben, das Programm der AfD führe sie in eine bessere Zukunft? Und vor allem: Wie können die Menschen, die sich von ihr angesprochen fühlen, wieder erreicht werden? Es ist dringend notwendig, mit ihnen zu sprechen – und nicht nur über sie. Sally Lisa Starken macht genau das – und hört zu. Nur wenn wir wieder miteinander reden, aus diesen Begegnungen etwas mitnehmen und sich weniger Menschen von der Politik abgehängt und ungesehen fühlen, können wir unsere Demokratie noch retten.

► Thema: AfD / Demokratie

► Die reichweitenstarke Politik-Aufklärerin spricht mit Menschen, die AfD wählen – und hört zu



ISBN 978-3-453-60705-7
Paperback | ca. 240 Seiten
Erscheint am 19.02.2025

HEYNE <

105 K Follower

www.sallylisa-starken.de



MANN AM STEUER

BORIS VON HEESEN

(*1969) ist Wirtschaftswissenschaftler mit ersten beruflichen Stationen bei der Diakonie in Bayern und der Drogenhilfe in Frankfurt am Main. Er ist Gründer eines der ersten deutschen Online-Marktforschungsinstitute. Heute arbeitet er als Männerberater und geschäftsführender Vorstand eines Jugendhilfeträgers. Seit vielen Jahren beschäftigt er sich als Autor und Referent mit dem Thema kritische Männlichkeit und veröffentlichte bereits zwei erfolgreiche Bücher zum Thema. Er wohnt in DARMSTADT.

Männer beherrschen die Straße. Mit überdimensionierten Karossen, aggressivem Verhalten oder unangemessener Lautstärke. Das ist durch die Verkehrsstatistik gut belegt, aber nur Symptom eines größeren Problems. Starre und mächtige Netzwerke in Politik, Behörden, Verbänden, Unternehmen und Wissenschaft, allesamt von Männern dominiert, verhindern den dringend notwendigen Schritt hin zu einer zukunftsfähigen Mobilität für Deutschland. Männerexperte und Wirtschaftswissenschaftler Boris von Heesen belegt mit erschütternden Fakten, wie patriarchale Strukturen unsere Mobilität prägen und so die Verkehrswende blockieren. Ein aufrüttelnder Appell für eine sinnvolle Verkehrspolitik, von der alle profitieren.

► Thema: Patriarchat und Verkehrswende

► Männerdominierte Netzwerke blockieren eine zukunftsfähige Mobilität in Deutschland



ISBN 978-3-453-60698-2
Paperback | ca. 272 Seiten
Erscheint am 12.03.2025

HEYNE <

www.maenner-aufbruch.de



DER BLINDE FLECK

LOUIS LEWITAN

Louis Lewitan ist Psychologe und zählt zu den renommiertesten Stress- und Traumaexperten Deutschlands. Internationale Erfahrungen auf dem Gebiet erlangte er als Forscher und Executive Director der »International Study of Organized Persecution of Children« in New York. Lewitan ist Autor mehrerer Bücher. Er wohnt in MÜNCHEN.

STEPHAN LEBERT

ist preisgekrönter Journalist. Nach Stationen bei der Süddeutschen Zeitung, beim Spiegel und beim Tagesspiegel, arbeitet er aktuell bei der Zeit. Zuletzt wurde er 2022 mit dem Theodor-Wolff-Preis ausgezeichnet. 2000 veröffentlichte er »Denn du trägst meinen Namen«, in dem es um die langen Lebenslinien der Nachfahren von führenden Nationalsozialisten geht.

Das Ende des Zweiten Weltkriegs liegt 80 Jahre zurück, es leben nur noch wenige Zeitzeugen und Zeitzeuginnen. Geprägt durch eine Katastrophe, die sie nicht selbst erlebt haben, leiden viele Nachgeborene unter Traumata: Zwischenmenschliche Kälte, Schuldgefühle, Ängste, Einsamkeit, ein Gefühl der Entwurzelung. In vielen Familien sind bleierne Schweigen, Geheimnisse, hartnäckige Lügen allgegenwärtig – ein erdrückendes Erbe, dessen Gift bis heute wirkt. Doch nun bricht dieser Panzer des Schweigens auf: Immer mehr Menschen recherchieren, wie sich ihre Familiengeschichte auf die eigenen Lebensmuster ausgewirkt hat. Lewitan und Lebert schreiben über die schwierige Auseinandersetzung mit der eigenen Familiengeschichte.

► 80 Jahre Kriegsende

► Thema: Deutsche Erinnerungskultur & transgenerationales Trauma



ISBN 978-3-453-21869-7
Hardcover | ca. 384 Seiten
Erscheint am 26.02.2025

HEYNE <

www.lewitan.com

GESELLSCHAFT & (AUTO-)BIOGRAFIEN



»DIE SONNE SCHEINT IMMER. FÜR DIE WOLKEN KANN ICH NICHTS.«

HUBERTUS MEYER-BURCKHARDT

1956 in Kassel geboren, betrat bereits im Alter von 15 Jahren die Bühne des dortigen Stadttheaters. Seitdem wusste er, dass er einmal »irgendwas mit Unterhaltung« machen wollte und besuchte die Hochschule für Fernsehen und Film. Als TV-Produzent gewann er zahlreiche Preise, verbrachte Jahre im Vorstand der Axel Springer AG sowie bei ProSieben-Sat.1 und hatte eine Professur an der Hamburg Media School. Einem Millionenpublikum ist er zudem als Gastgeber von inzwischen über 1.000 Sendungen der »NDR Talk Show« bekannt. Zuletzt erschien sein SPIEGEL-Bestseller »Die ganze Scheiße mit der Zeit: Meine Entdeckung des Jetzt« (2021). Meyer-Burckhardt lebt in HAMBURG.

Ein Leben auf der Überholspur, rebellisch, unangepasst, voller Lebensfreude und unglaublich stark und mutig: So erinnert sich Hubertus Meyer-Burckhardt – TV-Produzent, Bestsellerautor und Gastgeber der NDR-Talkshow – an seine geliebte Großmutter, die ihn wie kein anderer Mensch geprägt hat. Wie ging sie mit der Welt um, die zweimal vor ihren Augen zerbrach? Was gab sie ihrem Enkel mit auf seinen Lebensweg? Und wäre es nicht wunderbar, hätten wir in der heutigen Zeit wieder mehr Menschen ihres Kalibers? Hubertus Meyer-Burckhardt erzählt in autobiographischen Episoden von einer Frau, die ihrer Zeit voraus war: eine zärtliche Liebeserklärung und eine Spurensuche nach den Antriebsfedern des eigenen Lebens.

► **Persönliche Spurensuche von Bestseller-Autor Hubertus Meyer-Burckhardt**



ISBN 978-3-453-21888-8
Hardcover | ca. 224 Seiten
Erscheint am 26.03.2025

HEYNE <



QU(E)ER DURCHS LAND

BRIX SCHAUMBURG

geboren 1990, ist Deutschlands erster offiziell geouteter trans Schauspieler. Das Adjektiv, für das er sich früher oft rechtfertigen musste, trägt er heute mit Stolz, um nachhaltig aufzuklären und für Gleichstellung zu kämpfen. Er steht für Vielfalt und Toleranz ein, macht sich stark für die Freiheit und die Rechte queerer Menschen – ob im Fernsehen als Schauspieler, auf der Bühne als Dragqueen Miss Cherry La Boom, in seinem Podcast Herzfarben, als Autor von Kinderbüchern oder auf dem Rad, wenn er »qu(e)er durchs Land« fährt. Er lebt mit seiner Familie im WENDLAND.

Manchmal muss man in Bewegung kommen, um etwas zu bewegen. Sichtbar werden, ein Zeichen setzen für die queere Community – das ist Brix Schaumburgs Mission, als er aufs Rad steigt, um quer durchs Land zu fahren: Um Menschen und Organisationen zusammenzuführen, sich mit anderen auszutauschen, seinen Blickwinkel für die Lebensrealitäten queerer Menschen zu erweitern. Um Hürden zu überwinden, Grenzen zu durchbrechen – in Form von Vorurteilen und selbstauferlegten Einschränkungen. Für ihn werden Erinnerungen wach, die ihn über seinen Lebensweg neu nachdenken lassen: Ein Weg, der immer wieder Mut erforderte, sein Glück selbst zu definieren – und sich für die Dinge im Leben stark zu machen, für die das Herz schlägt.

► **Brix Schaumburg macht Mut, zu sich selbst zu stehen – unabhängig von Labels**



ISBN 978-3-453-60708-
Paperback | ca. 272 Seiten
Erscheint am 14.05.2025

HEYNE <

42 K Follower

www.brixschaumburg.de



DAS LICHT AN DUNKLEN TAGEN

JULIA DETTMER

hat Medienwissenschaft und Germanistik studiert. Anschließend arbeitete sie in großen Medienhäusern, zuletzt als Redaktionsleiterin von ProSieben.de und als Chefredakteurin von BUNTE.de. Seit 2020 ist sie freie Journalistin, Lektorin und Dozentin. Sie schreibt unter anderem für die FAZ, ELTERN und InStyle und gibt Seminare zu den Themen Emotionales Schreiben und Recherche.

Als ihre acht Monate alte Tochter Amalia mit halbseitigen Lähmungserscheinungen aufwacht, ist für Julia und ihre Familie nichts mehr, wie es war. Die Diagnose: ein schwerer Schlaganfall. Jeden Tag verbringt Julia am Bettchen ihrer Tochter auf der Kinderintensivstation. Die Familie lebt im Ausnahmezustand. Trotzdem soll jedem Tag etwas Gutes abgewonnen werden. Mit unglaublicher Offenheit berichtet Julia Dettmer von der Krankheit und dem Tod ihrer kleinen Tochter. Von den Phasen der Hoffnung, der Enttäuschung, des Durchhaltens und des Trauerns – und wie es ihr gelingt, trotz allem immer wieder nach vorne zu schauen. Es ist eine Geschichte von Liebe, Hoffnung und den kleinen Lichtblicken, wenn es gerade stockdunkel ist.

► **Eine Geschichte von Liebe, Hoffnung und Lebensmut nach schweren Schicksalsschlägen**



ISBN 978-3-453-60714-9
Paperback | ca. 256 Seiten
Erscheint am 14.05.2025

HEYNE <

www.juliadettmer.com

UMWELT, NATUR & ABENTEUER



DIE ZUKUNFT UNSERES WASSERS

CAROLIN STÜDEMANN

Jahrgang 1990, ist seit 2018 Geschäftsführende Vorständin von Viva con Agua. Sie studierte in Hildesheim Sozial- und Organisationspädagogik mit Schwerpunkt Organisationsentwicklung und Betriebswirtschaftslehre.

www.carolinstuedemann.de

RÜDIGER BRAUN

geb. 1960, ist freier Wissenschaftsjournalist und arbeitet unter anderem für Stern und Geo. Er hat Biologie und Philosophie studiert, war Ressortleiter bei der Wochenzeitung Die Woche und hat als Chefredakteur das Magazin MaxPlanckForschung entwickelt.

www.ruedigerbraun.de

Auf das wenige Süßwasser der Welt stürzen sich acht Milliarden Menschen. Landwirtschaft, Industrie, Privathaushalte – alle brauchen Wasser. Verschmutzung, Vergeudung, Profitstreben: Die Wasserkrise hat viele Gesichter, genau wie die Mission, Wasser für alle Menschen zugänglich zu machen. Carolin Stüdemann ist Geschäftsführende Vorständin des gemeinnützigen Vereins Viva con Agua. Die Hamburger NGO setzt sich global und wirksam für den Zugang zu sauberem Wasser ein. Das faszinierende Element Wasser, seine Kraft und seine Gefährdung: Dieses hochaktuelle Buch klärt auf, bringt zum Staunen, lädt zum Mitreden ein. Die zentrale Botschaft: Die Welt hat ein Wasserproblem. Aber Probleme lassen sich bekanntlich lösen.

- **Wasser: Was kann es? Wo fehlt es? Wem gehört es?**
- **Stüdemann ist das Gesicht der NGO Viva con agua: »Wasser für alle – alle für Wasser«**



ISBN 978-3-453-21886-4
Quality Paperback | ca. 256 Seiten
Erscheint am 12.03.2025

LUDWIG



BUCHEN LEBEN

PETER WOHLLEBEN

Jahrgang 1964, wollte schon als kleines Kind Naturschützer werden. Er studierte Forstwirtschaft und war über zwanzig Jahre lang Beamter der Landesforstverwaltung. Heute arbeitet er in der von ihm gegründeten Waldakademie in der Eifel und setzt sich weltweit für die Rückkehr der Urwälder ein. Er ist Gast in zahlreichen TV-Sendungen, hält Vorträge und Seminare und ist Autor von Büchern zu Themen rund um den Wald und den Naturschutz, die sich allein im deutschsprachigen Raum 2,5 Millionen Mal verkauft haben. Für seine emotionale und unkonventionelle Wissensvermittlung wurde Peter Wohlleben 2019 die Bayerische Naturschutzmedaille verliehen. Seine Bücher sind in über 46 Ländern erschienen.

Erinnerungen einer Buche. Über 200 Jahre ist sie alt, jetzt blickt sie dem Ende ihres Lebens entgegen: eine alte Buche, zu deren Füßen ihre Sämlinge umsorgt und geschützt heranwachsen. Doch alles wird sich ändern, wenn die Buche stirbt. Wie kann sie die kleinen Bäume auf eine Zukunft vorbereiten, in der sie auf sich gestellt sind und in der nur überlebt, wer die Gesetze der Natur versteht? So beginnt sie zu erzählen, von ihrem fesselnden Leben voller Lebenslust und Neugier, Gefahr und Verlust ...

In diesem einzigartigen Roman – dem ersten seiner Art – inszeniert Peter Wohlleben die spannende und berührende Geschichte einer Buche, die unseren Blick auf die Natur für immer verändern wird.

- **Vom winzigen Samen zum Giganten des Waldes: Ein Baum erzählt seine Geschichte**
- **Basierend auf neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen gibt Deutschlands beliebtester Förster den Bäumen eine Stimme**



ISBN 978-3-453-28151-6
Hardcover | 352 Seiten

LUDWIG

209 K Follower

www.peter-wohlleben.de



AUF ZWEI RÄDERN UM DIE WELT

MICHAEL MARTIN

ist Fotograf, Vortragsreferent, Abenteurer, passionierter Motorradfahrer und Diplom-Geograf. Seit über 35 Jahren berichtet er über seine Reisen in die Wüsten der Erde und wurde zum weltweit renommiertesten Wüstenfotografen. Er veröffentlichte mehr als 30 Bildbände und Bücher, die in neun Sprachen übersetzt wurden, hielt über 2000 Vorträge und produzierte viele TV-Dokumentationen. Seine Werke wurden mit zahlreichen Preisen ausgezeichnet. Zuletzt erhielt er den Gregor International Calendar Award und den ITB Book Award für sein Lebenswerk.

So geländegängig und anspruchslos wie ein Kamel, so schnell und zuverlässig wie ein Geländewagen – das ist Michael Martins Motorrad. Seitdem er als Schüler einmal mit dem Mofa von München nach Marokko fuhr, hat der renommierte Fotograf, Geograf und Abenteurer nahezu die ganze Welt mit dem Motorrad bereist. Ob er mit seiner Maschine Wüsten durchquert, 5000 Meter hohe Himalaya-Pässe erklimmt oder die Arktis bezwingt: Immer weht ihm der Fahrtwind um die Nase, er spürt den Untergrund in den Armen und fühlt Hitze und Kälte hautnah. Hier erzählt er von seinen abenteuerlichen Reisen, von Begegnungen mit inspirierenden Menschen, von Pannen und atemberaubenden Naturerlebnissen – und von der grenzenlosen Freiheit auf zwei Rädern.

- **Vortrag mit Fotoshow**
- **Motorrad-Abenteuer auf fünf Kontinenten**



ISBN 978-3-453-28173-8
Hardcover | ca. 304 Seiten
Erscheint am 26.02.2025

LUDWIG

www.michael-martin.de



DIE WELT GEWINNEN

KATHRIN HARTMANN

geboren 1972 in Ulm, studierte in Frankfurt/Main Kunstgeschichte, Philosophie und Skandinavistik. 2012 erregte ihr Buch über die neue Armut – »Wir müssen leider draußen bleiben« – großes Aufsehen (»In den USA gäbe es dafür einen Pulitzer-Preis.« Deutschlandradio Kultur). »Die grüne Lüge« (2018) wurde sowohl als Film (zusammen mit Regisseur Werner Boote) wie auch als Buchveröffentlichung ein großer Erfolg. Hartmann schreibt regelmäßig für den »Freitag« und die »Frankfurter Rundschau«. Zuletzt erschien ihr Buch »Öl ins Feuer: Wie eine verfehlte Klimapolitik die globale Krise vorantreibt« (2024). Kathrin Hartmann lebt und arbeitet in MÜNCHEN.

Sie haben toxische Fabriken verhindert, Flüchtlingen ein Zuhause gegeben und Industriebeschäftigte mit der Klimabewegung vereint. Mit Solidarität und Einfallsreichtum haben sie den Mythos widerlegt, dass der Einzelne machtlos ist. Kathrin Hartmann hat die mutigen Menschen getroffen, die sich in David-gegen-Goliath-Momenten gegen Energiekonzerne, Agrar-Multis und die Textilindustrie gewehrt haben. Sie erzählt von Aktivistinnen und Aktivisten, die das Leben ihrer Mitmenschen verbessern, und berichtet von Graswurzelbewegungen, die soziale und ökologische Probleme erfolgreich angehen. Sie zeigt, wie es möglich ist, die Zukunft trotz widrigster Umstände selbst zu gestalten und warum wir immer Alternativen haben.

► Packende Reportagen, wie Grassroot-Bewegungen die Welt zum Besseren verändern



ISBN 978-3-453-28179-0
Quality Paperback | ca. 320 Seiten
Erscheint am 28.05.2025

LUDWIG



DAS ENDE DER DOMINANZ

Prof. Dr. BRIGITTE WITZER

ist Executive Coach, Autorin und Malerin. 1958 am Niederrhein geboren, lebt sie heute in Berlin. Der Weg hierher war kurvig und ziemlich aufregend: So war sie erst Verlagsleiterin, dann Managerin in einem Konzern, später Professorin, und seit gut zwanzig Jahren arbeitet sie als Führungskräfte-Coach. Die alte Autorität hat sie in ihrem ersten Buch »Die Zeit der Helden ist vorbei« diskutiert und ihr ein postheroisches Management als Alternative in der Haltung und im Handeln zur Seite gestellt. In »Die Diktatur der Dummen« (Heyne, 2015) analysierte sie die Diktatur als heimliche Herrschaftsform, die unsere Gesellschaft fest im Griff hat. In ihrem neuen Buch bringt Brigitte Witzer diese Stränge zu einem aktuellen Führungskonzept zusammen.

www.coach.witzer.de



ISBN 978-3-424-20309-7
Hardcover | ca. 224 Seiten
Erscheint am 01.05.2025

ARISTON



BE YOURSELF – TRANSFORM YOUR LIFE

CONSTANTIN BUSCHMANN

geb. 1984, studierte Wirtschaftswissenschaften (B.A.) und General Management (M.A.) an der Universität Witten/Herdecke und der American University in Dubai mit dem Fokus auf Projekt- und Projektportfolio-management, bevor er Anfang 2012 bei der BRABUS Unternehmensgruppe seine berufliche Laufbahn begann. Seit 2019 leitet Constantin Buschmann als CEO die Firma BRABUS und führt das Familienunternehmen weiter. Darüber hinaus engagiert er sich seit 2011 im Präsidium des Verbandes BJU - DIE JUNGEN UNTERNEHMER, wo er den Klub der Nachfolger aufbaute, dem er bis heute vorsteht.

Constantin Buschmanns Weg scheint vorherbestimmt: Als Sohn des Brabus-Gründers bekommt er schon von klein auf die Höhen und Tiefen des Familienunternehmens mit. Als sein Vater 2019 einen Herzinfarkt erleidet, ist Constantin plötzlich Geschäftsführer und muss sich seinen Weg als CEO des Autoveredlers bahnen. Es gelingt ihm, Brabus innerhalb weniger Jahre als Luxusmarke zu internationaler Bekanntheit zu führen und sich als einer der prominentesten deutschen Social-CEOs zu etablieren. Welche Ideen und Werte ihn dabei weiterbringen und wie man es schafft, das eigene Leben erfolgreich selbst in die Hand zu nehmen, erzählt er in diesem Buch. Vollgas ist die Devise, aber Bodenhaftung bleibt wichtig!

► Außergewöhnliche Erfolgsgeschichte des CEO von Brabus: So geht neue Führung



ISBN 978-3-424-20307-3
Hardcover | ca. 256 Seiten
Erscheint am 28.05.2025

ARISTON

301 K Follower
135 K Follower



AB MORGEN JÜNGER!

NINA RUGE

ist studierte Biologin und als Journalistin und Moderatorin – u.a. des Gesellschaftsmagazins »Leute heute« – in ZDF, ARD, phoenix und 3sat einem großen Publikum bekannt. Sie spricht regelmäßig auf Kongressen und Podiumsdiskussionen über die jüngsten Erkenntnisse aus Forschung und Wissenschaft zum Trend-Thema »Healthy Longevity«, also gesunde Langlebigkeit. Mit vier Bestsellern und breiter Präsenz in Social Media hat sie sich einen Namen als populäre Wissensvermittlerin gemacht.

Müssen wir das Altern wirklich als unausweichliche Talfahrt des Lebens hinnehmen? Nina Ruge ist nicht dazu bereit – und die Forschung gibt ihr Recht. In Zusammenarbeit mit Experten aus Medizin, Wissenschaft und Forschung gibt präsentiert die Bestsellerautorin uns Einblicke in die Zukunft des gesunden Alterns. Von Nahrungsergänzungsmitteln und Medikamenten, die in den nächsten Jahren das Altern als gesellschaftliches Phänomen grundlegend verändern werden, bis zur Entwicklung von revolutionären Therapien, wie zum Beispiel die Transplantation von jungen Zellkraftwerken (Mitochondrien) und die epigenetische Verjüngung: Nina Ruge führt verblüffende Möglichkeiten vor Augen, um das Altern zu stoppen – Möglichkeiten, die es heute schon gibt oder die in wenigen Jahren zur Verfügung stehen werden.

► **Alles, was Sie über Longevity – Gesundes Altern wissen müssen**



ISBN 978-3-453-21881-9
Hardcover | ca. 384 Seiten
Erscheint am 26.03.2025

HEYNE

79 K Follower
www.nina-ruge.de



LAUT. STARK. LEBEN.

SABINA CLASSEN

war Anfang der 80er-Jahre eine der ersten Heavy-Metal-Frontfrauen weltweit und gehört mit ihrer Band Holy Moses zu den Wegbereitern der Thrash-Metal-Szene. Im Jahr 2009 absolvierte sie die Heilpraktiker-Prüfung und hat seitdem eine Vielzahl an zusätzlichen therapeutischen Ausbildungen abgeschlossen. In ihrer Praxis bei Hamburg begleitet sie Menschen mit Burn-out, Ängsten, Zwangsstörungen und dem Messie-Syndrom.

DR. NICO ROSE

ist der Sinnput-Geber. Er ist ein gefragter Management-Experte und arbeitet freiberuflich mit Organisationen an ihrer Führungskultur. Er ist auch leidenschaftlicher Headbanger und Leiter des »Ministeriums für Schwermetall«. Sein Buch »Hard, Heavy & Happy« wurde 2022 direkt bei Erscheinen zum Spiegel-Bestseller.

www.nicorose.de



ISBN 978-3-424-20308-0
Quality Paperback | ca. 272 Seiten
Erscheint am 01.05.2025

ARISTON

Als Kind hattest du die wildesten Träume, doch dann hat dich die Realität eingeholt. Zweifel statt Träume, müder Trott statt Rock 'n' Roll. Nur wer hat gesagt, dass das so bleiben muss? Die Metal-Ikone und Heilpraktikerin für Psychotherapie Sabina Classen hat es erlebt: Wenn andere ihr sagen wollten, wo es für sie lang gehen sollte, nutzte sie die Energie des Augenblicks und machte umso stärker ihren eigenen Weg. Gemeinsam mit Metal-Influencer und Psychologe Nico Rose erzählt Sabina erstmals ihre Lebensgeschichte und zeigt, wie auch du Selbstzweifel überwindest, Inspiration in dein Leben lässt und selbstbestimmt lebst. Du musst nicht screamen, um ein Leben voller Energie und Kraft zu führen – aber manchmal hilft's!

► **Anleitung für ein selbstbestimmtes und lautstarkes Leben von Metal-Ikone Sabina Classen und Dr. Nico Rose**



DER VERHANDLUNGS-KOMPASS

Prof. Dr. THORSTEN HOFMANN

arbeitete viele Jahre als operativer Ermittler des Bundeskriminalamts (BKA) und von INTERPOL und war im Bereich Organisierte Kriminalität (OK) tätig, vor allem bei spektakulären Fällen von Erpressungen und Geiselnahmen im In- und Ausland. Zudem ist er Direktor des Center for Negotiation an der Quadriga Hochschule Berlin, leitet Seminare und Trainings zum Thema strategische Verhandlungsführung und berät Organisationen bei komplexen Verhandlungsprozessen. Thorsten Hofmann betreibt den vielgelesenen Verhandlung.blog und Negotiation-blog.eu, in dem über die neusten Entwicklungen in der Verhandlungspraxis und -wissenschaft publiziert wird.

Sie verhandeln im Rahmen eines großen Projekts. Es geht um viel. Alle Augen sind auf Sie gerichtet... Doch wohin blicken Sie? Der ehemalige BKA-Ermittler Thorsten Hofmann weicht Sie ein in die Techniken der weltbesten Verhandler von FBI und Interpol. Sie lernen, das Verhalten Ihrer Verhandlungspartner zu analysieren und zu interpretieren. Wer lügt? Wer blufft? Wer will Sie hinter Licht führen? Erfahren Sie, wie Sie den kulturübergreifenden nonverbalen Code von mehr als 15 PINs (Points of Interest in Negotiations) erkennen und welches die jeweiligen Trigger dafür sind. Hofmann zeigt einfach und praxistauglich, wie man diese PINs in den verschiedensten Verhandlungen zielführend einsetzt.

► **Top-Verhandlungsexperte verrät Know-how von FBI und Interpol**



ISBN 978-3-424-20266-3
Quality Paperback | ca. 256 Seiten
Erscheint am 01.05.2025

ARISTON

www.thorsten-hofmann.net