

Neues im Schaufenster

11. April – 2. Mai 2023

In der Vitrine im Schaufenster der Stadtbibliothek im Neuen Ständehaus zur Ritterstraße werden regelmäßig vierzig neue Medien ausgestellt.

Diese können nach Ablauf der Ausstellungsfrist entliehen werden. Vormerkungen sind jederzeit möglich.

Mit Klick auf die Mediennummer gelangen Sie direkt in den Bibliothekskatalog.

Romane

Benrath, Nora: "Wehrlos" – Thriller

Ein kurzer Moment der Unaufmerksamkeit genügt, als Mieke mit ihrer 4-jährigen Tochter auf dem Spielplatz ist. Sie erkennt gerade noch, wie ein fremdes Mädchen mit Nele davonläuft. Dann werden beide in einen Wagen gezogen. Es stellt sich heraus, dass Nele von einem Menschenhändlerring entführt wurde.

Mediennummer: [31048532](#)

Bichon, Sophie: „Wenn die Sterne fallen“ – Junge Erwachsene

Ein Dorf, 1969. Kalliope und Kai, beide 18, sind Freunde, doch ihre Gefühle füreinander verändern sich. Als Kalliope von einem Familienfluch erfährt, entfernt sie sich von ihrem Freund und schließt sich Blumenkindern an. Auf einer Reise mit Kai findet sie zu sich selbst und ihren Gefühlen. Band.

Mediennummer: [31064449](#)

Black, Holly Bürgel, Diana: „Book of night“

In einer Welt, in der Schatten manipuliert und ein Eigenleben entwickeln können, versucht die ehemalige Betrügerin, Charlie Halls, sich von der Untergrundwelt des Schattenhandels zu distanzieren. Ihr Leben als Barkeeperin hält jedoch nicht lange an, denn ihre Vergangenheit holt sie schon bald ein.

Mediennummer: [31056560](#)

Davis, Barbara: „Mondlichtfrauen“ – Frauen

Vor vielen Jahren hat Lizzy Moon ihren Heimatort Salem Creek verlassen. Nach dem Tod ihrer Großmutter muss sie aus New York zurückkehren, um die Kräuterfarm zu verkaufen. Ein tragisches Ereignis der Vergangenheit lastet auf ihr. Doch dann findet sie das Tagebuch ihrer Großmutter ...

Mediennummer: [31064732](#)

Fassnacht, Lucas: „Tartarus“ – Thriller

Leon Gärtner, ein junger angehender Doktorand, der auf dem Gebiet der Gene-Drive-Forschung tätig ist, gerät in den Strudel eines brisanten Geheimprojektes namens Tartarus. In Zusammenhang damit begibt er sich bei der Aufklärung undurchsichtiger Machenschaften in höchste Gefahr.

Mediennummer: [31055849](#)

Feyerabend, Charlotte von: „Caroline Märklin : sie brachte Kinderaugen zum Leuchten, doch kämpfte um ihr eigenes Glück“ – Biografie

Wer kennt nicht die Märklin-Eisenbahnen, die alljährlich an Weihnachten in den Schaufenstern fahren und Kinderaugen zum Leuchten bringen? Caroline Märklin ist die Mutter dieser Eisenbahnen. Eine Biographie über eine Handelsreisende in der Industrialisierung, die Märklin berühmt gemacht hat.

Mediennummer: [31047340](#)

Godoy, Ariana Baisch, Alexandra: „Through my Heart - ich begehre nur dich“ – Junge Erwachsene

Claudia wird um ihren Job bei den Hidalgos stets beneidet, wohnt sie doch mit ihnen im gleichen Haus. Vor Jahren hat sie Artemis von sich gestoßen und ihre Gefühle verleugnet. Doch jetzt kehrt Artemis nach fünf Jahren zurück und sie stellt fest: Die Gefühle sind noch da ... Hidalgo-Brothers, Band 2.

Mediennummer: [31064708](#)

Hauff, Kristina: „In blaukalter Tiefe“ – Ehe/Beziehung

Ein idyllischer Segel-Urlaub zweier Paare wird zu einer Reise, die durch alte und neue Konflikte gezeichnet wird. Die Gewitterstimmung unter Deck wird durch Schlechtwetter ergänzt und alles gipfelt in einem schrecklichen Unglück.

Mediennummer: [31061555](#)

Kiehl, Thomas: „Das Jungblut-Serum“ – Politthriller

Auf einer schwedischen Insel bleiben erstaunlich viele Frauen ungewollt kinderlos. Hängt das mit dem Verjüngungsserum zusammen, welches vor Jahren an den Eltern getestet wurde? Die Biologin Lena Bondroits ermittelt und gerät nach der Analyse des Serums in Lebensgefahr! Lena Bondroits 3. Fall.

Mediennummer: [31056497](#)

Kowalski, Kate: „Die geflohene Geschichte“ – Fantasy

In der magischen Schriftstellerstadt Kapitolo leben viele Romanfiguren und ihre Schöpfer. Eines Tages wird die Autorin Kate damit konfrontiert, dass eine ihrer Figuren in die Realität übergetreten sei und einen Mord begangen habe. Um ihren guten Ruf zu retten, macht sich Kate auf eine lange Suche.

Mediennummer: [31064430](#)

Labas, Laura: „Ahnenmond“ – Fantasy

Der Aufstieg des Ahnenmondes kündigt einen Machtwechsel zwischen den sieben Hexenzirkeln von Seoul an. Doch dann hintergeht die Oberste des Opalzirkels alle und opfert die Anwärtnerinnen. Kurz zuvor ausgeschlossen, weiß Hana, dass nur Flucht sie retten kann ... Die Hexen von Seoul, Band 1.

Mediennummer: [31048834](#)

Lin, Tom: „Die tausend Verbrechen des Ming Tsu“ - Thriller

Mediennummer: [31061571](#)

Locke, Attica: „Pleasantville“ – Krimi

Houston, Texas 1996. Der Anwalt Jay Porter ist noch in Trauer um seine Frau und kümmert sich v.a. um die beiden Kinder. Mitten im Wahlkampf wird eine junge Frau ermordet, und Jay soll den Hauptverdächtigen vor Gericht vertreten. Unabhängige Fortsetzung von "Black Water Rising".

Mediennummer: [31047870](#)

Ryan, Anthony: „Der Paria“ – Fantasy

Alwyn lebt unter Gesetzlosen im Wald. Bei einem Überfall wird die Bande zerschlagen und er wird als Gefangener in eine königliche Erzmine gebracht. Nach seiner Flucht tritt er in die Armee einer adeligen Feldherrin im Kampf gegen dunkle menschliche und arkane Mächte ein. Der stählerne Bund, Band 1.

Mediennummer: [31066255](#)

Sahota, Sunjeev: „Das Porzellanzimmer“ – Familie

Punjab 1929: Mit 15 wird Mehar zusammen mit 2 anderen Mädchen an eine Familie mit 3 Brüdern verheiratet. Durch die strenge Trennung im Alltag, bleibt die Identität ihres Mannes lange weg und als sie die Zusammenhänge durchschaut, hat sie sich schon heillos in den falschen Mann verliebt.

Mediennummer: [31066298](#)

Seck, Katharina: „Ranken aus Asche“ – Fantasy

Als sich Opals neu gewonnene Gabe herumspricht, versuchen verschiedene Seiten, sich dieses Potenzial nutzbar zu machen. In den Universitätsgewölben werden Menschen für entsetzliche Experimente missbraucht - Opal muss mindestens einen von ihnen retten ... Die Dunkeldorn-Chroniken, Band 2.

Mediennummer: [31064546](#)

Setz, Clemens J.: „Monde vor der Landung“

Der 1893 geborene Wormser Autor Peter Bender ist überzeugt, dass die Menschheit nicht auf der Erde, sondern in ihrem Innern lebt und propagiert in den 1920er-Jahren die aberwitzige "Hohlwelt-Theorie". Durch Vorträge gewinnt er eine kleine Schar esoterisch-religiöser Anhänger. Biografischer Roman.

Mediennummer: [31061563](#)

Skybäck, Frida: „Das Verschwinden der Linnea Arvidsson“ – Psychothriller

Dani, der als Jugendlicher auf die schiefe Bahn geraten ist, wird beschuldigt, eine Studentin der Universität Malmö entführt zu haben. Seine Schwester Lydia ist von Danis Unschuld überzeugt, doch als Bilder auftauchen, die ihn mit der Entführten zeigen, kommen Zweifel auf. Was ist passiert?

Mediennummer: [31047528](#)

Valentin, Mira: „Druidendämmerung“ – Fantasy

Mylo möchte zum Druiden ausgebildet werden. Als er von einer Banshee verflucht wird, sucht er nach einem Ausweg und bekommt Unterstützung von einer Fischertochter und einer Selkie. Sie werden vom christlichen König Aidan angegriffen. Wie sollen sie den Kampf trotz ihrer schwindenden Magie gewinnen?

Mediennummer: [31055830](#)

Sachbücher

Missbeck, Angela: „Wohnmobilreisen mit Kindern : Tipps & Tricks von Eltern für Eltern : mit Tourenvorschlägen & Checklisten“

Wohnmobilreiseführer für Familien mit Tipps und Tricks zur Vorbereitung und Planung, Interviews mit camping erfahrenen Familien und Touren in Europa.

Mediennummer: [31041945](#)

Sieber, Claudio: „Gestrandet im Paradies : wie ich sechs Jahre als Nomade durch Asien zog und meine Heimat auf einer Tropeninsel fand“

Reisejournalist und Fotograf Sieber berichtet von seiner sechsjährigen Tour durch 11 Länder von Nepal und Vietnam bis nach Malaysia, Singapur und den Philippinen. Ihm geht es um "Slow Travel", bei dem die Reiseroute weitgehend spontan festgelegt wird und die üblichen Pfade verlassen werden.

Mediennummer: [31017173](#)

Orth, Stephan: „Absolutely ausgesperrt : wie ich 700 Kilometer durch England reiste und immer draußen blieb“

Im August 2021 wandert der Autor 700 Kilometer von London nach Newcastle und schreibt über seine Erfahrungen mit Land und Leuten und die Erfahrung immer draußen zu leben.

Mediennummer: [31017165](#)

Lubkoll, Lotta: „Sonne, Meer und lange Ohren : mit Esel Jonny im ausgebauten Bus zum überwintern an die Atlantikküste“

Mit ihrem tierischen Reisebegleiter, Esel Jonny, macht sich Lotta Lubkoll im umgebauten Campingbus nach Spanien und Portugal auf.

Mediennummer: [31041970](#)

Reese, Nicole Winkelmann, Mirja: „Yin Yoga - abschalten, locker machen, relaxen : super Sessions für die Seele : Ängste verscheuchen, Wut bezähmen, Freude freilassen, Grübeleien stoppen, Mut stärken“

Dieser ansprechende Ratgeber der Yogalehrerin Nicole Reese erklärt anschaulich und ausführlich die besten Übungen des Yin-Yoga für Entspannung im Alltag. Wie man Ängste, Wut und Grübeleien bezwingen, Freude zulassen und Mut stärken kann, wird hier beschrieben. Durchgängig farbig illustriert.

Mediennummer: [31058120](#)

Kölsch, Stefan: „Die dunkle Seite des Gehirns : wie wir unser Unterbewusstes überlisten und negative Gedankenschleifen ausschalten“

Der Psychologe, Soziologe und Hirnforscher Kölsch informiert über die Macht des Unterbewusstseins in all seinen Ausprägungen und Auswirkungen und zeigt Mittel und Wege, diesen Gedankenschleifen und "Gefühlsfehlern" (auch mittels Vernunft) zu begegnen.

Mediennummer: [31039746](#)

Fox Weber, Charlotte: „Weißt du, was du wirklich willst? : Eine Therapeutin nimmt uns mit in zwölf Sitzungen über unsere wahren Wünsche“

Die Psychotherapeutin Charlotte Fox Weber stellte während ihrer Therapiesitzungen mit ihren Patient*innen fest, dass diese häufig dieselben Wünsche im Leben formulierten. Die Autorin berichtet in diesem Buch anonymisiert, aber dennoch sehr persönlich, von Gesprächen aus ihren Therapiesitzungen.

Mediennummer: [31039797](#)

Mayer, Heike: „Ich steh mir selbst nicht mehr im Weg : innere Persönlichkeitsanteile erkennen, verstehen und heilen“

Die erfahrene Therapeutin und Ausbilderin bietet ihre eigene Einführung in das innovative und weltweit eingeführte Modell für inneres Wachstum (IFS oder Internal Family System). Sie macht es anschaulich unter Einbeziehung vieler Fallbeispiele und Übungen.

Mediennummer: [31046327](#)

Niemann, Carola Mortag, Christine: „The Curvy way of life“

Interviews und Fotografien von Menschen, die sich nicht mehr von ihrem Gewicht definieren lassen und einen Weg zu sich selbst gefunden haben.

Mediennummer: 31039789

Tanaka, Akemi: „Die Kraft des Chōwa : der japanische Weg zu innerer und äußerer Harmonie“

Die tief in der japanischen Kultur verwurzelte Japanerin leitet an zu einem harmonischen Leben nach den Prinzipien des Chōwa und Wabi-Sabi und zeigt, wie man sich Stärken der japanischen Lebenskultur zu nutze machen kann, um mit Krisen und Problemen der westlichen Lebenswelt besser umzugehen.

Mediennummer: [31046300](#)

Wittmann, Martin: „Wie ich einmal alles schaffen wollte, was ich mir schon immer vorgenommen habe : 1 Jahr, 12 Vorsätze, 123 Einsichten“

Der renommierte Journalist und Soziologe Martin Wittmann beschreibt in diesem Buch, wie er es schaffte, sich realistische Ziele zu setzen und diese in die Tat umzusetzen. Der Text ist angereichert mit vielen persönlichen Anekdoten und besticht durch seinen unterhaltsamen Schreibstil.

Mediennummer: [310039720](#)

Grönemeyer, Dietrich H. W.: „Medizin verändern : Heilung braucht Zuwendung, Vertrauen und Mut zu neuen Wegen“

Der renommierte Arzt entwirft die Vision eines humanen Gesundheitswesens, in dem Haus- und Fachärzte, Pflegepersonal, Therapeuten und Apotheker als engagiertes Team und Partner des Patienten ambulant und stationär abgestimmt agieren.

Mediennummer: [31047765](#)

Ackerman, Courtney E.: „Einatmen. Ausatmen. Durchschlafen. : 150 entspannende Meditationen für nächtliche Hellwach-Momente“

Die amerikanische Organisationspsychologin hat 150 meditative Texte und Übungen zusammengestellt, die beim Einschlafen und Durchschlafen helfen. Vorgestellt werden Atem-, Körper-, Gefühls-, Gedanken- und Visualisierungsmeditationen, die gut verständlich beschrieben werden.

Mediennummer: [31047820](#)

Inchauspé, Jessie: „Der Glukose-Trick : Schluss mit Heißhunger, schlechter Haut und Stimmungstiefs : wie man der Achterbahn des Blutzuckerspiegels entkommt“

Ratgeber zu gesunder, glukosearmer Ernährung, in welchem die gesundheitsschädlichen Auswirkungen eines häufig erhöhten Blutzuckerspiegels beleuchtet und praktische Tipps zu einer verbesserten Nahrungsaufnahme gegeben werden.

Mediennummer: [31043581](#)

Despeghel, Michael Krüger, Karsten: „Das Eiweiß-Wunder“

Qualität und die Tageszeit der Proteinaufnahme sollen entscheidend zur Reduzierung des Bauchfetts, zur Stärkung des Immunsystems und zur Steigerung der Leistungsfähigkeit beitragen: mit 50 proteinreichen Rezepten, Übungen zum Muskelaufbau und einem 6-Wochen-Programm.

Mediennummer: [31054621](#)

Keuthage, Winfried: „Abnehmen mit der HAWEI-Methode : die revolutionäre Formel aus Hafer & Eiweiß“

Der Diabetologe und Ernährungsmediziner Keuthage erläutert die von ihm entwickelte sogenannte HA-WEI-Methode und das damit verbundene Ernährungskonzept auf der Grundlage von ernährungsphysiologischen Erkenntnissen. Mit über 60 Hafer-Eiweiß-Rezepten. Attraktiv bebildert.

Mediennummer: [31047722](#)

Matthaei, Bettina Schüler, Hubertus Brachat, Oliver: „Low Carb : Die 77 besten 15-Minuten-Rezepte“

Bettina Matthaei präsentiert ihre 77 liebsten Low Carb-Rezepte, die sich alle in 15 Minuten zubereiten lassen: zucker- und glutenfreie Aufstriche, Frühstück, Kleinigkeiten, Suppen und Salate, Hauptgerichte und Brot.

Mediennummer: [31054605](#)

Bartens, Werner: „Gesundheitsrisiko weiblich : warum Frauen von der Medizin falsch verstanden und schlechter behandelt werden“

Männer und Frauen unterscheiden sich in Anatomie, Symptomen und Art der Erkrankungen und benötigen eine individuell-angepasste Medizin, so die These des Autors (Arzt, Wissenschaftsjournalist). Viele verschiedene Situationen und Aspekte der Wahrnehmung und Therapie werden dargestellt.

Mediennummer: [31042674](#)

Schirner, Markus: „Ätherische Öle anwenden : über 200 Essenzen für die Aromatherapie“

Klassiker der Aromatherapie in aktualisierter Auflage. Steckbriefe von 200 essenziellen Ätherischen-Ölen sowie den wichtigsten Trägerölen zum Auftragen auf die Haut. mit Infos zur körperlichen und seelischen Wirkung und Anwendung, Anleitungen zum Einsatz, etwa für Duftlampen, in der Massage u.a.m.

Mediennummer: [31047668](#)

Kolpatzik, Kai: 2Mit Diabetes informiert leben - das Handbuch : das Nachschlagewerk für mehr digitale Gesundheitskompetenz“

Wegweiser zum Auffinden glaubwürdiger, verlässlicher und nützlicher (Online-)Informationsquellen rund um Diabetes.

Mediennummer: [31047676](#)

Luomajoki, Hannu Sievinen, Anna: „Muskeln, Sehnen, Gelenke - schmerzfrei durch gezielte Bewegungen : Schmerzen verstehen und aktiv werden : Strategien gegen die 34 häufigsten Beschwerden“

Ratgeber eines Professors für Physiotherapie zum Verständnis des Systems Schmerz, mit Strategien zur Schmerzbewältigung. ISBN 978-3-432-11647-1

Mediennummer: [31047749](#)

Snowdon, Bettina: „111 Rezepte bei Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten : leckere Gerichte ohne Laktose, Fruktose, Gluten, Histamin, Sorbit

Ein ausführlicher Ratgeber zu den bekanntesten Lebensmittelunverträglichkeiten, der viele Informationen zu verschiedenen Beschwerde-Typen und zahlreiche Rezepte enthält.

Mediennummer: [31054699](#)

Brennan, Sabina: „Brain Fog – der Nebel im Gehirn : wie Sie ihn in 30 Tagen loswerden, neue Energie finden und Ihre Konzentration verbessern“

Das Symptom "Brain-Fog" kann den Alltag sehr beeinträchtigen, lässt sich aber durch gezielte Lebensumstellungen in den Bereichen Schlaf, Ernährung, Bewegung und Stressabbau lindern, so die These der Autorin (Psychologin). Mit 30-Tage- Programm und vielen Selbsttests.

Mediennummer: [31042860](#)

Ohm, Dietmar: „Der kleine Anti-Angst-Coach : die besten Strategien gegen Angststörungen und Panikattacken“

Ratgeber über die Ursachen verschiedener Angststörungen, deren psychophysiologische Aspekte und zahlreiche Übungen zur Bewältigung von Angst und Panikattacken.

Mediennummer: [31042801](#)

Thümler, Reiner Thümler, Björn: „Parkinson : Krankheitsverlauf, Therapie, Alltag: mit der neuen Situation gut leben : Experten antworten auf die über 200 wichtigsten Fragen“

Die Neurologen Reiner und Björn Thümler beantworten über 200 Fragen zu Diagnose, Krankheitsverlauf, Therapie und typischen Problemen von Parkinsonpatienten und Patientinnen im Alltag. Expertenwissen verständlich und gut strukturiert.

Mediennummer: [31043050](#)

Clay, Ingrid S.: „HIIT - Die Anatomie verstehen : mehr Übungen für ein hochintensives Intervalltraining“

Ratgeber zum hochintensiven Intervalltraining mit vielen anatomischen Zeichnungen, die die aktive Muskulatur illustrieren. Neben der Übungssammlung enthält der Band eine detaillierter Einführung, sowie Trainingsplanung, Glossar, Register und Literaturverzeichnis. Für Trainer*/Sportlehrer*innen.

Mediennummer: [31046440](#)

Stadtbibliothek im Neuen Ständehaus
Ständehausstraße 2, 76133 Karlsruhe
Telefon: 0721 / 133-4249
www.stadtbibliothek-karlsruhe.de
E-Mail: stadtbibliothek@kultur.karlsruhe.de

Öffnungszeiten:
Montag geschlossen
Dienstag bis Freitag 10:00 bis 18:30 Uhr
Samstag 10:00 bis 15:00 Uhr