

Insgesamt

78 neue Medien

kamen

im DEZEMBER

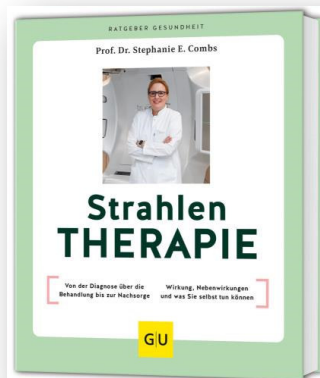


in unseren Bestand!

Davon

5

SACHBÜCHER



Fkm 1
Baum

Baumann, Estell:

Scheidung ohne Scherben : warum ihr mit der Trennung nicht warten müsst, bis die Kinder ausgezogen sind und der Kredit abbezahlt ist / Estell Baumann. - 1. Auflage. - München : Gräfe und Unzer, 2025. - 189 Seiten ; 21 cm

ISBN 978-3-8338-9646-0 Broschur : EUR 21.99

Das Buch der renommierten Scheidungsanwältin begleitet Trennungswillige durch den gesamten Scheidungsprozess, bietet juristische und finanzielle Einblicke sowie praktische Ratschläge zur emotionalen Verarbeitung und Selbstreflexion, um sowohl Nerven als auch Geld zu schonen.

Schlagworte: Scheidung <Rechtsratgeber>
(Fkm 1)

Ce
Camp

Allgemeiner Deutscher Automobil-Club:

Campingführer 2026 - Deutschland und Nordeuropa / ADAC. - 74. Auflage. - München : Gräfe und Unzer Verlag GmbH, 2025. - 980 Seiten : Illustrationen, Diagramme, Karten, farbig ; 23 cm mit Karte

ISBN 978-3-98645-184-4 Broschur : EUR 29.90

Detaillierte Informationen und Bewertungen zu rund 2.900 Campingplätzen in Südeuropa; mit Planungskarte.

Schlagworte: Camping <Reiseführer> ; Deutschland <Campingführer> ; Europa <Camping>
(Ce)

Vel 8
Comb

Combs, Stephanie:

Strahlentherapie : von der Diagnose über die Behandlung bis zur Nachsorge : Wirkung, Nebenwirkungen, ergänzende Behandlungen und was Sie selbst tun können / Stephanie E. Combs. - 1. Auflage. - München : GU, 2025. - 125 Seiten : Illustrationen, farbig ; 20 cm. - (Ratgeber Gesundheit)

ISBN 978-3-8338-9747-4 Broschur : EUR 18.99

Die Expertin für Radioonkologie erklärt in diesem informationsreichen Ratgeber gleichermaßen versiert und einfühlsam, wie sich Betroffene gut auf eine Strahlentherapie vorbereiten und durch gesunde Ernährung, Bewegung und psychoonkologische Beratung mögliche Nebenwirkungen reduzieren können.

Schlagworte: Krebs <Medizin> ; Strahlentherapie
(Vel 8)

Vcm 21
Guot

Guóth-Gumberger, Márta:

Stillen : einfühlsame Begleitung durch alle Phasen der Stillzeit : kompetente Anleitung und Hilfe / Márta Guóth-Gumberger, Doris Kubicka. - 1. Auflage. - München : GU, 2025. - 173 Seiten : Illustrationen, farbig ; 21 cm. - (Ratgeber Kinder)
ISBN 978-3-8338-9714-6 Broschur : EUR 16.99

Ratgeber, der fundiertes Wissen rund um das Thema Stillen sehr fachkundig vermittelt. Hierbei werden die unterschiedlichen Entwicklungsphasen vom Säugling bis zum Kleinkind berücksichtigt.

Schlagworte: Stillen <Schwangerschaft>
(Vcm 21)

Mcl 31
Pete

Petersen, Rebecca:

Tsunami im Kopf - Burnout besser verstehen und bewältigen : neue Zugänge für eine resiliente Gesellschaft / Rebecca Petersen. - Wiesbaden : Springer, [2025]. - XXXVI, 324 Seiten : Illustrationen, schwarz-weiß ; 21 cm
ISBN 978-3-658-42925-6 Broschur : EUR 22.99

Die Autorin hat selbst ein Burn-out durchgemacht. Ihren Weg zurück ins Leben hat sie in sieben Phasen gegliedert, die sie sehr persönlich erzählt. Sie wendet sich auch an Angehörige und berufliche Führungskräfte u.a. mit Fragen zur Selbsterkenntnis. Im Anhang Tipps zur Fremdeinschätzung.

Schlagworte: Burn-out-Syndrom
(Mcl 31)
