

HERBST 2024

VERLAGSPROGRAMM

KOMPLETTMEDIA

INHALT

Lisa Maria Potthoff

VOM KÄMPFEN UND LERNEN

Saskia Schlemmer

DAS BUCH, DAS DU VOR DEINER
HOCHZEIT GELESEN HABEN MUSST

Patrick Legun

HUMANVOLL

Alina Wichmann

VERLETZLICH STARK

Prof. Dr. Dietrich Borchardt

UNSER WASSER

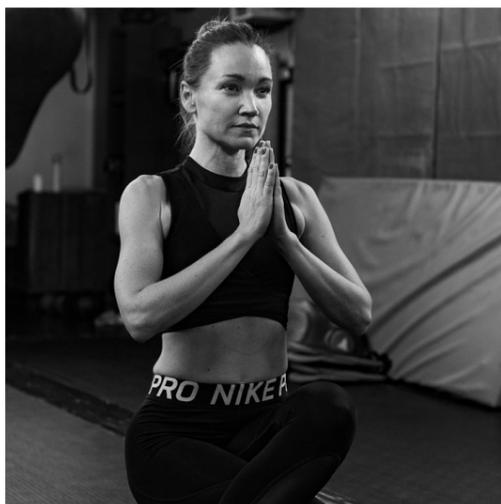
Was mich die Kampfkunst über das Leben lehrte

Das erste Buch der bekannten
Schauspielerin

Von den Medien geliebt und
gern besetzt

Über den Reiz des Neuanfangs und
wie er das ganze Leben verändern
kann

Schauspielerin Lisa Maria Potthoff gewährt dem Leser einen inspirierenden Einblick in die Welt der Kampfkunst. Schnell wurde aus dem anfänglichen Sport mehr als eine körperliche Herausforderung. Die Kampfkunst wurde Teil ihres Lebens, der sie grundlegende Tugenden, wie Demut, Respekt und Vertrauen lehrte. In ihrem Buch teilt sie ihre persönliche Entwicklung. Humorvoll und intensiv erzählt sie, wie diese erworbenen Werte nicht nur ihre Rollen beeinflussten, sondern ihr gesamtes Leben positiv prägten. Ein inspirierendes Buch über den Reiz des Neuanfangs und der persönlichen Entwicklung.



© Linda Rosa Saal

Die renommierte Schauspielerin **Lisa Maria Potthoff** begann mit Ende 30 mit der Kampfkunst – eigentlich, um die Stunts für ihre Rolle im Film »Carneval« selbst zu machen. Doch das war nur der Anfang einer Reise, die sie zusammen mit ihrem Lehrer Yi-Chung Chen geht.

Lisa Maria Potthoff

VOM KÄMPFEN UND LERNEN

Wie mich die Kampfkunst
zu innerer und äußerer
Stärke führte

KOMPLETTMEDIA

VORLÄUFIGES
COVER!

Lisa Maria Potthoff – Vom Kämpfen und Lernen
Wie mich die Kampfkunst zu innerer und äußerer Stärke führte
ca. 208 Seiten, 13,5 x 21,5 cm, Paperback, ISBN 978-3-8312-0638-4
22,00 € (D), 22,70 € (A), **WG 1961**



9 783831 206384

Drum prüfe, wer sich ewig bindet!

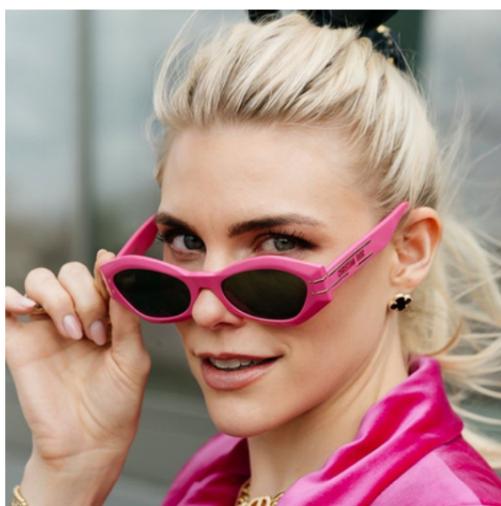
Starte vorbereitet in die Ehe – in
rechtlicher und emotionaler
Hinsicht. Dieses Buch verbindet
beide Welten

Klartext statt rosaroter Brille

Dieses Buch bringt jede Beziehung
auf eine neue Ebene

Wer könnte besser wissen, warum Paare sich scheiden lassen als eine Scheidungsanwältin. Saskia Schlemmer – auf Instagram @diescheidungsanwaeltin – erlebt in ihrem Beruf jeden Tag, warum es zu Trennungen kommt und welche existenziellen Probleme daraus entstehen. Ursache dafür ist oftmals die mangelnde Aufklärung vor der Ehe. Aber das muss nicht sein. Ihr Credo lautet: »Nutzt die Phase der Verliebtheit und Vertrautheit und schafft präventiv eine Grundlage für ein faires Trennungsszenario. Das ist nicht unromantisch, sondern schlau! Und im besten Falle, müsst ihr niemals Gebrauch davon machen.« Eine Scheidung sollte also unbedingt einmal im Kopf durchgespielt werden, um hinterher böse Überraschungen zu vermeiden.

In diesem Buch möchte Saskia Schlemmer ihre Erkenntnisse weitergeben, damit angehende Brautpaare nicht die gleichen Fehler machen wie bereits viele vor ihnen.



© Svetlana Posdnyschewa

Saskia Schlemmer ist Rechtsanwältin und ausschließlich im Familienrecht tätig. Darin hat sie ihre Berufung gefunden. Als Ehefrau und Mutter kennt sie die Nöte ihrer Mandant:innen. Einvernehmliche Lösungen haben für sie oberste Priorität.



Saskia Schlemmer – Das Buch, das du vor deiner Hochzeit gelesen haben musst
Rechtliche Aufklärung vor der Ehe spart Zeit, Geld und Nerven
ca. 208 Seiten, 14,8 x 21 cm, Softcover mit Klappen, ISBN 978-3-8312-0636-0
22,00 € (D), 22,70 € (A), **WG 1491**



9 783831 206360

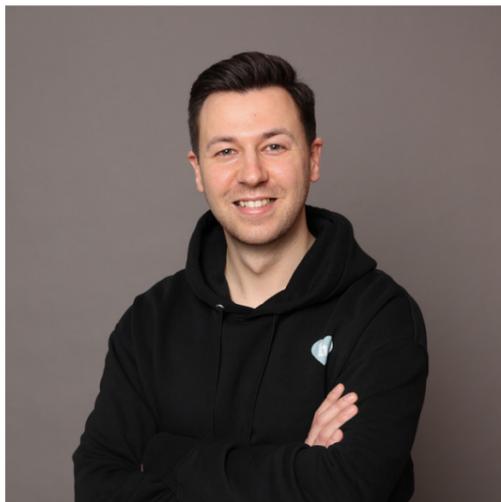
Wie kleine Taten Großes bewirken können

Stark wachsende Community auf Instagram (180k) und TikTok (220k)

Thema kommt medial sehr gut an

»Random act of kindness« ist großer Trend auf Social Media

In einer Welt, geprägt von Krisen und Unsicherheiten, tritt Patrick Legun als strahlendes Beispiel für Nächstenliebe und Mitgefühl hervor. Inspiriert von der Überzeugung, dass jeder Mensch einen Unterschied machen kann, präsentiert sein Buch »humanvoll« ein aufrichtiges Plädoyer für mehr Menschlichkeit im Alltag. Seine Begegnungen mit Menschen, denen er hilft, und Menschen, die er um Hilfe bittet, werden zu Geschichten, die nicht nur die Frage »Warum hilfst Du mir?« beantworten, sondern auch zeigen, welchen positiven Einfluss Hilfsbereitschaft auf die Gesellschaft haben kann. Der Autor fordert dazu auf, über den eigenen Horizont hinauszublicken und zeigt, wie das Helfen nicht nur anderen, sondern auch dem eigenen Leben einen tieferen Sinn verleihen kann. Das Buch ist mehr als eine Sammlung inspirierender Anekdoten, es ist auch eine Ermutigung, aktiv an einer positiven Veränderung teilzunehmen.



Patrick Legun, Herz und Motor der »humanvoll«-Bewegung, studiert Theologie und Technik auf Lehramt für Gymnasien und Gesamtschulen und inspiriert als Aktivist auf TikTok und Instagram. Seine Mission: Menschen zu einem mitfühlenden Lebensstil ermutigen.



Patrick Legun - humanvoll
Wie ich begann, Menschen glücklich zu machen und dabei entdeckte, dass darin die wahre Freude des Lebens liegt
 ca. 208 Seiten, 13,5 x 21,5 cm, Paperback, ISBN 978-3-8312-0639-1
 22,00 € (D), 22,70 € (A), **WG 1973**



9 783831 206391

Me, myself and ?

Persönlich, ehrlich, mutig

Für die »Generation beziehungsunfähig«

Große mediale Begleitung

Cross-Promotion mit neuem Album

Alina führt ein glückliches und erfülltes Leben: Sie arbeitet als erfolgreiche Sängerin, ist unabhängig, hat einen großen Freundeskreis und eine liebe Familie. Nur der richtige Partner fehlt ihr bislang zum vermeintlichen Glück – zumindest scheint die Gesellschaft das so zu sehen. Oder auch sie selbst? Aber wie funktioniert das eigentlich mit der Liebe? Eine essenzielle Frage, die sich neben Alina eine ganze Generation stellt. Doch so einfach die Frage, so schwer die Antwort. Alina wagt den Selbstversuch – neben vielversprechenden Tinder-Dates, einem Selbstliebe Retreat und Innerer-Kind-Arbeit wälzt sie zahlreiche Bücher und recherchiert im Freundes- und Bekanntenkreis unter Langzeit-paaren. Immer wieder stößt sie auf die besonderen Herausforderungen der Single-Frau ab Mitte 30. All ihre Erkenntnisse finden sich in diesem Buch.



© Manuela Hall

Alina Wichmann ist eine deutsche Sängerin und Songschreiberin. Ihr Debütalbum »Die Einzige« erschien 2017 und stieg auf Anhieb in die Top 100 der deutschen Charts ein. In ihren Songs und auf Social Media setzt sie sich für Bodypositivity und Selbstliebe ein. Die Sängerin lebt in Berlin und veröffentlichte 2024 ihr neues Album »Ungefiltert«.



Alina Wichmann – Verletzlich stark
 Mein Leben zwischen Single-Sorgen, Dating-Dschungel und der Erfahrung echter Eigenliebe
 ca. 208 Seiten, 13,5 x 21,5 cm, Paperback, ISBN 978-3-8312-0637-7
 22,00 € (D), 22,70 € (A), **WG 1931**



Wir haben es noch in der Hand!

**Der führende Forscher zum Thema
Wassersicherheit**

Sehr gefragter Gast im TV

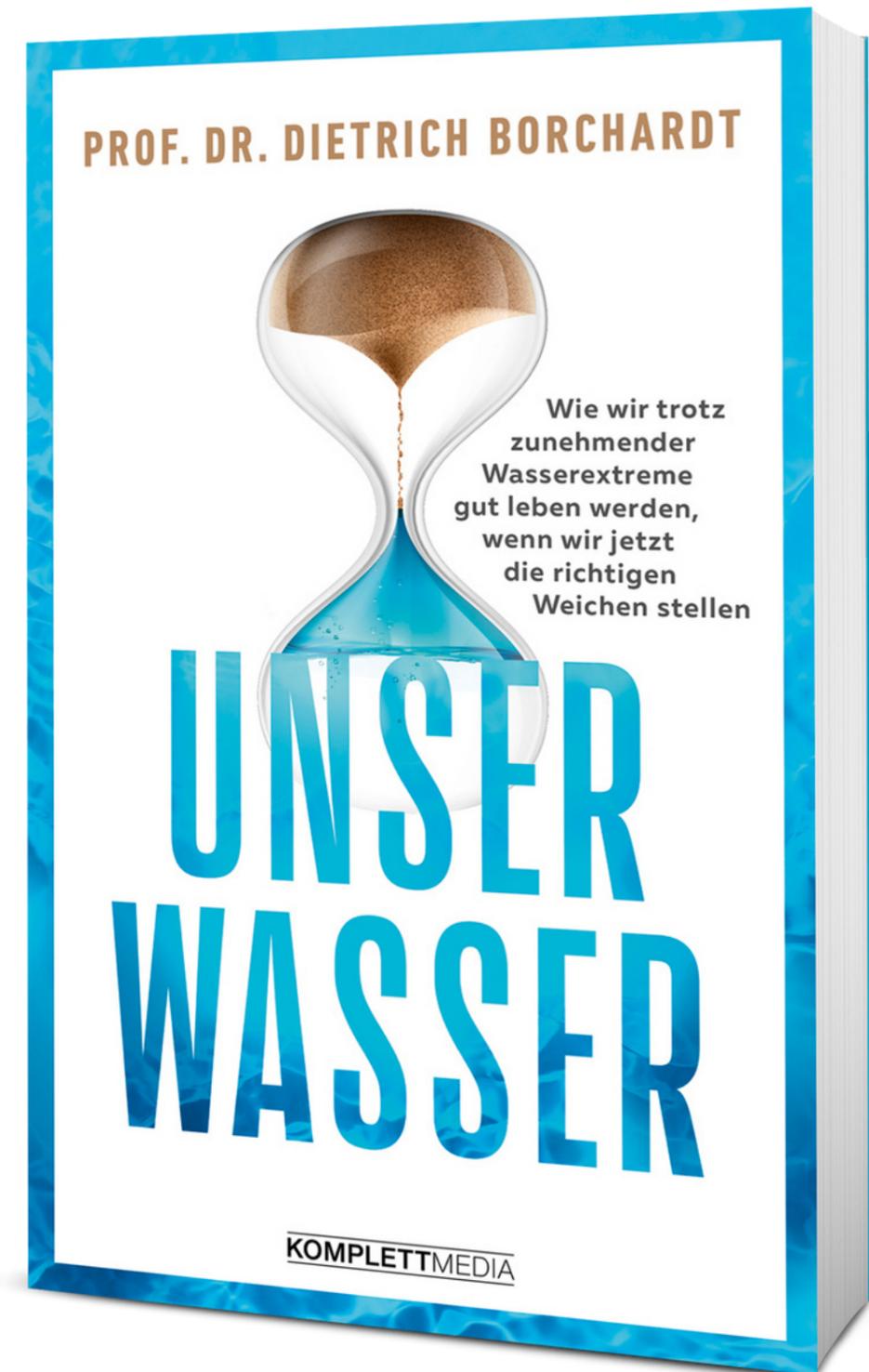
**Das erste Buch, das zeigt,
was jetzt zu tun ist**

Die Klimakrise verändert den Wasserkreislauf dramatisch – von Trockenheit bis zu Überschwemmungen. Der führende Hydrobiologe Dietrich Borchardt informiert ohne Alarmismus über den Zustand der Wasservorkommen in der Welt, die Auswirkungen des Klimawandels und der menschlichen Nutzungen auf das Lebenselixier, das unsere Existenz prägt. Dabei verfolgt er jedoch stets einen gestalterischen Ansatz. Sein Credo lautet: Mit richtigen Weichenstellungen können wir auch mit weniger Wasser ein erfülltes Leben führen.

Borchardt gibt einen umfassenden Einblick in die drängende Thematik und präsentiert positive Beispiele, um für die Herausforderungen zu sensibilisieren. Sein Werk ist ein Weckruf zum Umdenken und bietet konkrete Lösungen für eine nachhaltige Wasserzukunft.



Prof. Dr. Dr. h.c. Dietrich Borchardt, Hydrobiologe am Helmholtz-Zentrum für Umweltforschung-UFZ und der TU Dresden, ist Experte für Wasserfragen und Mitautor der Nationalen Wasserstrategie. Seit Jahren beschäftigt er sich mit der Frage, wie sich der Wasserkreislauf infolge der Klimakrise und durch die Wassernutzungen verändert – bei uns und weltweit. Seine Mission: Aufklären über Wasserproblematiken, ohne den Blick für positives Gestalten zu verlieren.



Prof. Dr. Dietrich Borchardt – Unser Wasser

Wie wir trotz zunehmender Wasserextreme gut leben werden, wenn wir jetzt die richtigen Weichen stellen
ca. 208 Seiten, 13,5 x 21,5 cm, Paperback, ISBN 978-3-8312-0634-6
22,00 € (D), 22,70 € (A), **WG 1985**



9 783831 206346

KOMPLETT-MEDIA GmbH

Verlegerinnen:

Verena Schörner, Julia Loschelder

Konradinstr. 5
D-81543 München
Tel: +49 (89) 699 89 435-0
Fax: +49 (89) 649 22-60
info@komplett-media.com
www.komplett-media.de

Vertrieb, Veranstaltungen, Herstellung

Saskia Beer

Tel: +49 (89) 699 89 435-11
saskia.beer@komplett-media.com

Presse & Social Media

Amelie Nerlinger

Tel: +49 (89) 699 89 435-02
amelie.nerlinger@komplett-media.com

Lizenzen (Ausland und Taschenbuch)

Literary Agency

World Copyright Promotion

Maria Pinto-Peuckmann

Tel: +49 (8191) 97 98 36 8
maria@pinto-peuckmann.de

Bestellungen und Fragen Deutschland

Zeitfracht Medien GmbH – Verlagsauslieferung

Industriestraße 23, 70565 Stuttgart

Internet: www.zeitfracht-medien.de
Kundenservice: +49 711/7860-2254
Kontakt: <https://service.zeitfracht.de/>

Hotline für Bestellungen im Ausland

Auslieferung Österreich

Mohr Morawa
Telefon 01/68 01 45
Telefax 01/6 89 68 05
oder 01/6 88 71 30

Auslieferung Schweiz

Buchzentrum
Kundendienst/Bestellannahme
Telefon 0 62/2 09 26 26
Telefax 0 62/2 09 26 27

Die [A]-Preise wurden von unserem österreichischen Alleinauslieferer als sein gesetzlicher Letztverkaufspreis in Österreich festgesetzt.

Verlagsservices ISP Isar Sales Partner GmbH

service@isp.gmbh

Lisa Reisinger (Ltg.)

Telefon: +49 89 693159 -226
lisa.reisinger@isp.gmbh

Hannah Schmidt

Telefon: +49 89 693159 -221
hannah.schmidt@isp.gmbh

Jennifer Marienberg

Telefon: +49 89 693159 -916
jennifer.marienberg@isp.gmbh

KOMPLETTMEDIA
