

Frühjahr

VERLAGS-
PROGRAMM

2025

Female Empowerment

Gesellschaft

Bewusster Leben

Naturwissenschaft

KOMPLETTMEDIA

Nein heißt nein – auch beim Kinderwunsch

Von der Autorin des Buches „Das L in Frau steht für lustig“ (dvt) mit hoher Medienpräsenz zu dem Thema und 60k Reichweite auf Instagram

Authentische und humorvolle Auseinandersetzung mit einem Tabuthema

Ermutigung zur Selbstbestimmung und individuellen Lebensgestaltung

Comedienne Julia Brandner will niemals schwanger werden und beschließt mit Mitte 20, sich sterilisieren zu lassen. Eine Entscheidung, die viele nicht verstehen und die gar nicht so einfach umzusetzen ist.

In *I'm not kidding* erzählt Julia mit Humor und Offenheit, welche Hindernisse sie auf dem Weg überwinden musste (Gutachten über Zurechnungsfähigkeit!) und wie sie gegen gesellschaftliche Erwartungen und für ihre Sterilisation kämpfte, bis sie sich mit 28 Jahren endlich sterilisieren lassen konnte.

Sie thematisiert Vorurteile gegenüber Frauen, die sich bewusst gegen Kinder entscheiden, und entlarvt den Druck der vermeintlichen „biologischen Pflicht“. Eine ehrliche und unterhaltsame Lektüre über Selbstbestimmung und die Freiheit, das eigene Leben nach den eigenen Vorstellungen zu gestalten.



© Andrea Sparkles

Julia Brandner ist Stand-up-Comedienne und Autorin. Die Wahlberlinerin ist bekannt dafür, offen und humorvoll über persönliche Themen zu sprechen, wie ihre Sterilisation.

«Ich dürfte zehn Kinder in die Welt setzen, egal, ob ich mich um sie kümmern kann. Aber wenn ich keine möchte, brauche ich ein psychiatrisches Gutachten.»



Julia Brandner - I'm not kidding
Warum ich keine Kinder möchte und dafür keine Entschuldigung brauche
240 Seiten, 13,5 x 21,5 cm, Paperback, ISBN: 978-3-8312-0640-7
24,00 € (D), 24,90 € (A), **WG 1973**



9 783831 206407

Von der Kunst des schlagfertigen Antwortens

Vernetztes, medienstarkes Autorinnenteam

Kampagne zum Buch: „Erzähl uns deine Geschichte“

Gelebtes Female Empowerment ET zum Internationalen Weltfrauentag

„Du musst nicht gleich hysterisch werden! Lächle doch mal! Hast du deine Tage? Und wer passt auf die Kinder auf?“

Wer kennt sie nicht, die Bullshit-Sätze, die uns sprachlos machen? Das Autorinnen-Team des Ladies Mentoring Netzwerks geht auf Recherchereise und sammelt unfassbare Geschichten, im beruflichen und privaten Kontext, die Frauen wirklich erlebt haben. Momente, in denen die schlagfertige Antwort ausblieb. Mit „Bullshit-Bingo“ sensibilisieren sie für die unterschätzten Folgen solcher Aussagen und zeigen Frauen, dass sie nicht allein sind. Gemeinsam erarbeiten sie perfekte Antworten, die dem Gegenüber noch lange in Erinnerung bleiben werden.

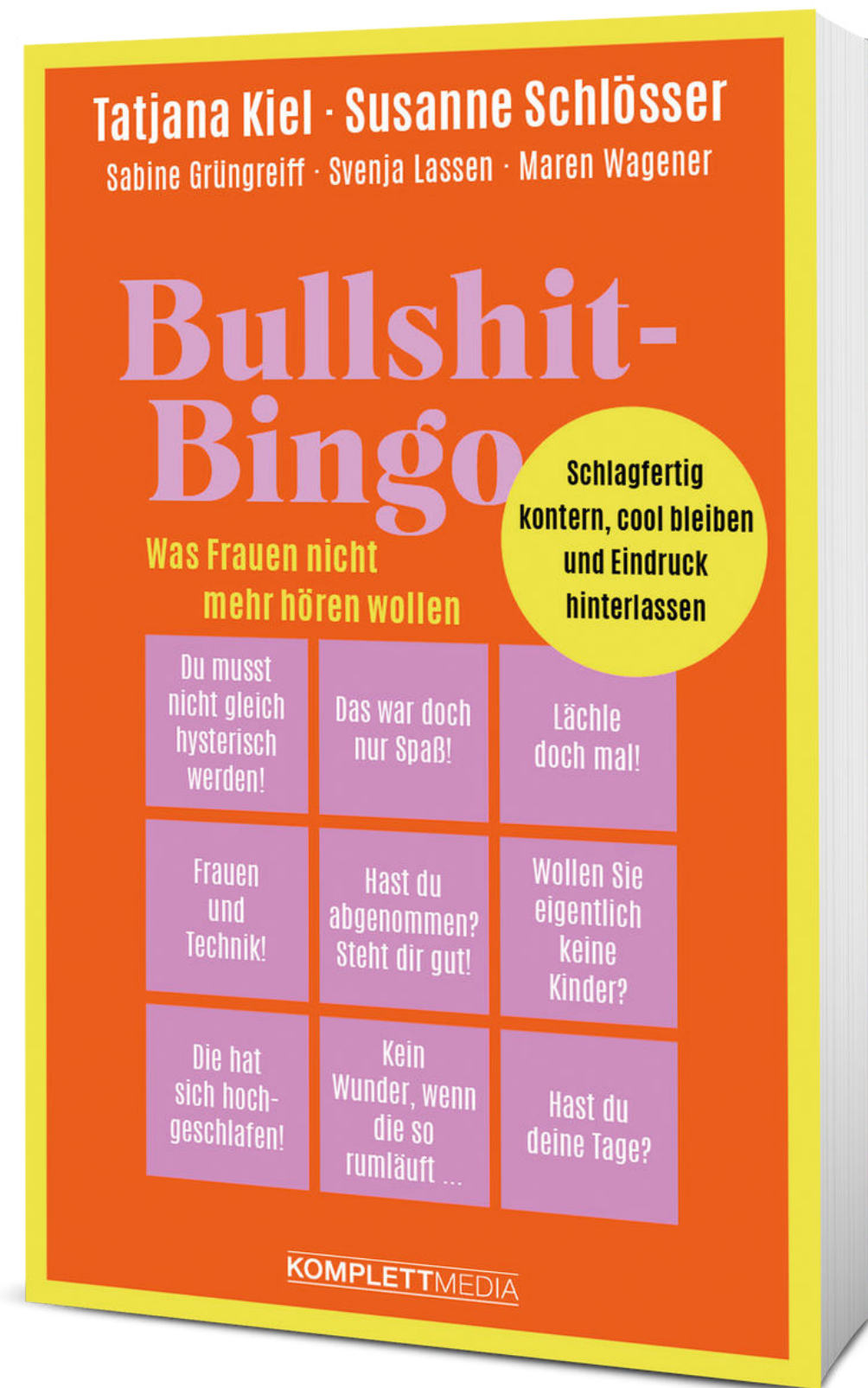
Tatjana Kiel, CEO der #WeAreAllUkrainians sowie der Klitschko Ventures GmbH und **Susanne Schlösser**, Transformational Coach & Managerin for People in Health, sind gemeinsam mit Sabine Grüngreiff, Svenja Lassen und Maren Wagener Teil des Ladies Mentoring Netzwerks.



© Sascha Ornot



© Martti Hillig



Tatjana Kiel, Susanne Schlösser, u.a.
Bullshit-Bingo – Was Frauen nicht mehr hören wollen
Schlagfertig kontern, cool bleiben und Eindruck hinterlassen
240 Seiten, 13,5 x 21,5 cm, Paperback, ISBN: 978-3-8312-0642-1
24,00 € (D), 24,90€ (A), **WG 1973**



9 783831 206421

Wie man den Wahnsinn der Pubertät mit Humor übersteht

Große Reichweite: Instagram ca. 260.000,
Tiktok knapp 100.000 Follower

Situationen, die alle Eltern kennen,
humorvoll beschrieben

Von einer Mutter, die mittendrin ist
in der Pubertät ihrer Kinder

Die drei Phasen der Pubertät? Schlimm, schlimmer, am schlimmsten! Als Elternteil ist man plötzlich nur noch peinlich, ungechillt und absolut nicht „Ehrenfrau“ oder „Ehrenmann“. Die Kinder wollen immer mehr Handyzeit, haben chronischen Schlafmangel und wechseln ihre Meinung schneller als Sie "Was willst du essen?" fragen können.

Sandra Schauland, bekannt als @zuckerwattenwunder, nimmt Sie mit auf eine humorvolle Reise durch diese wilde Zeit. Mit witzigen Anekdoten und kreativen Tricks zeigt sie, wie man auf genervtes Augenrollen und patzige Antworten gelassen reagiert – zur Not auch im Einhorn-Schlafanzug. Denn es gibt keine Patentlösung, aber ganz viel Spaß auf dem Weg, die Teenies doch noch zum Aufräumen zu kriegen!



Sandra Schauland lebt mit ihrem Mann und ihren zwei Pubertieren (9 und 15) in Brandenburg. Neben ihrem eigenen Social-Media-Auftritt @zuckerwattenwunder produziert sie Video-Content für Marken und erstellt Social-Media-Werbekampagnen.



Sandra Schauland – „Lern jetzt Mathe oder ich gehe nackt zum Elternsprechtag!“
Pädagogisch wertlose Tipps, die dich entspannt durch die Pubertät deiner Kinder bringen
192 Seiten, 13,5 cm x 21,5 cm, Paperback, ISBN: 978-3-8312-0645-2
24,00 € (D), 24,90 € (A), **WG 1973**



9 783831 206452

Hüfte gut, alles gut?

Bebildeter Übungsteil

Anatomisches und psychologisches Hintergrundwissen

Hüftgesundheit geht auch sexy

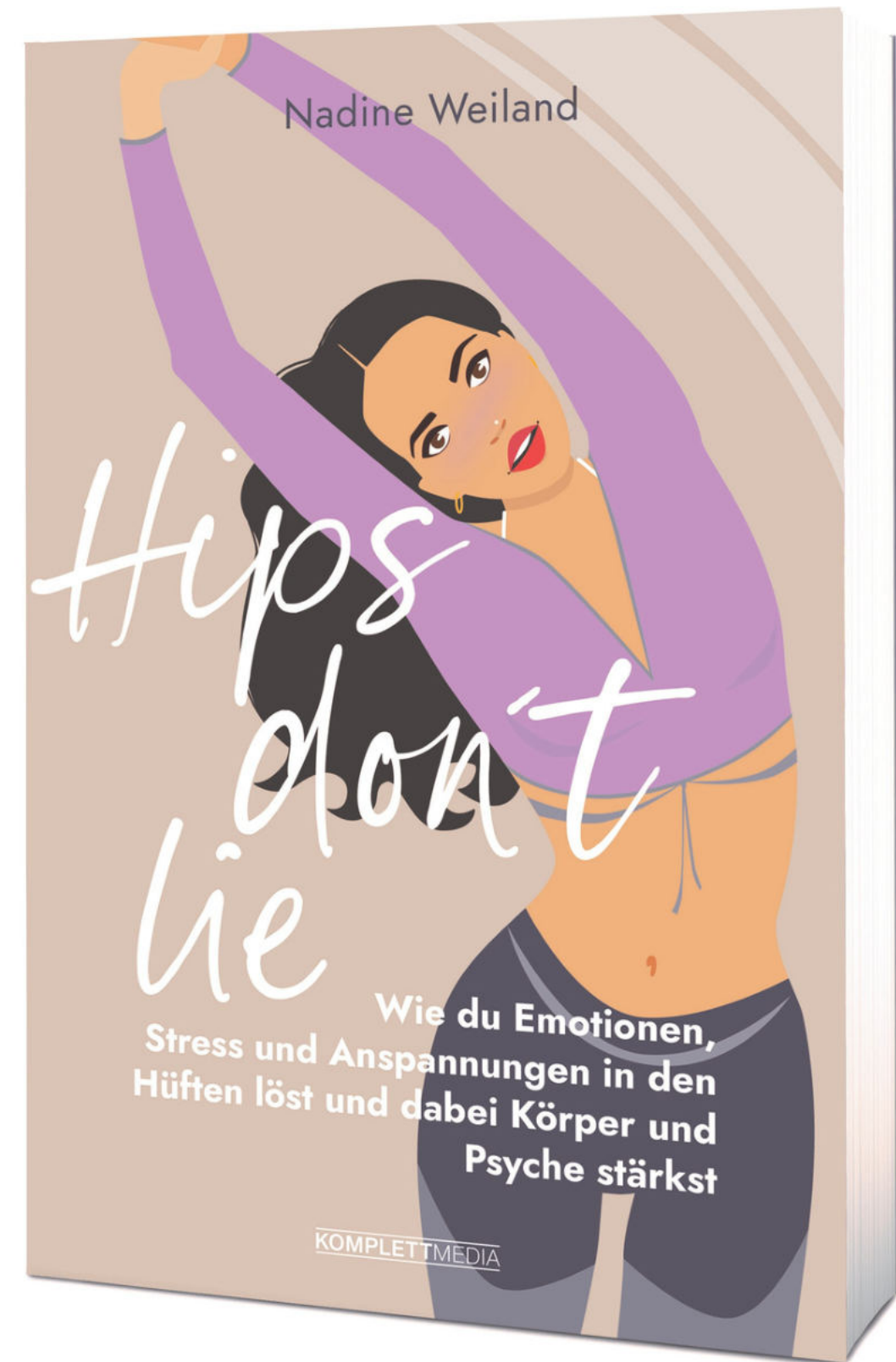
Reichweitenstarke Autorin: über 70k Abonnenten auf Instagram

Hüften speichern mehr als uns bewusst ist – sogar Emotionen, Stress und Ängste sollen sich hier genauso festsetzen können, wie körperliche Verspannungen. Warum ist das so? Weshalb bringen uns hüftöffnende Haltungen so viel Erleichterung? Und können wir körperliche und mentale Verspannungen in der Hüfte selbst lösen?

Zeit für einen allgemeinen Hüft-Check. Nadine Weiland nimmt uns mit auf eine spannende Entdeckungsreise: Sie beleuchtet die anatomischen Grundlagen, erklärt den Zusammenhang zwischen Hüftgesundheit und mentalem Wohlbefinden und zeigt, wie wir sowohl körperliche als auch emotionale Blockaden lösen können. Schnell wird klar: Die Hüfte ist kein Alte-Leute-Thema. Sie hält einige Überraschungen bereit, die es sich lohnt bereits in jungen Jahren unter die Lupe zu nehmen.



Nadine Weiland kletterte die Karriereleiter bis zur Geschäftsführerin hinauf. Doch körperliche Schmerzen begleiteten sie, ohne dass sie die Ursache zuordnen konnte. Ihr wurde klar: Das war einfach nicht ich! Heute arbeitet sie als Yogalehrerin und Personal- und Businesscoach.



Nadine Weiland – Hips don't lie
Wie du Emotionen, Stress und Anspannungen in den Hüften löst und dabei Körper und Psyche stärkst
 176 Seiten, 14,8 x 21 cm, Paperback, ISBN: 978-3-8312-0643-8
 24,00 € (D), 24,90 € (A), **WG 1462**



9 783831 206438

Der neue heiße Scheiß

Selbstironie statt Selbstmitleid

Schonungslos lustig und
trotzdem informativ

Medienstarke Autorin

Perimenopause, Menopause, Postmenopause – schieß was drauf! Mit Fachbegriffen kommen wir nicht weiter, wenn die Stirn tropft oder die Wampe den Blick auf die Schuhe versperrt. Aber das ist noch lange nicht das Ende. Unsere letzten „Tage“ mögen gezählt sein, aber mal ehrlich: Wer weint der heißgehassten Regelblutung wirklich eine Träne nach? Was Frauen in ihrem ganz persönlichen Klimawandel brauchen: Zuversicht, Humor und dieses Buch. Kerstin von der Linden gibt offene, lustige und ehrliche Einblicke in ihren Alltag zwischen schwitzen, eskalieren und Krone richten. Die gute Nachricht: Irgendwann kommt die Abkühlung. Versprochen! Und wenn es ganz leicht wäre, könnten es ja auch die Männer...



© Julia Haack

Kerstin von der Linden ist Journalistin, Autorin und Moderatorin. Sie steht seit 1998 vor der Kamera und hinterm Mikro, u.a. beim WDR, SAT.1 und Sport 1. Kerstin von der Linden lebt mit Mann und Teenagern im Ruhrgebiet.



Kerstin von der Linden – Menopausen-Queen

Schwitzen – Eskalieren – Krone richten (Dein Überlebensguide durch die Wechseljahre)
ca. 208 Seiten, 13,5 x 21,5 cm, Paperback, ISBN: 978-3-8312-0641-4
24,00 € (D), 24,90 € (A), **WG 1469**



9 783831 206414

Wissenschaftliche Antworten auf die Rätsel des Alltags

Infotainment vom Feinsten

Wissenschaft to go

ALLES was man wissen muss

Ideal als Geschenk geeignet

Wissenschaft steckt voller faszinierender Geheimnisse, die unseren Alltag bestimmen. Marius Nagel zeigt in seinem Buch, wie wissenschaftliche Prinzipien unser alltägliches Leben prägen. Auf einer Reise vom Frühstückstisch über das Badezimmer bis zum Supermarkt nimmt er die Leser*innen mit und beantwortet spannende Fragen aus Chemie, Physik, Biologie, Klima, Psychologie und Geschichte. Warum klumpt Kakao in der Milch? Wieso trocknet Wäsche im Winter schneller? Und was hat die Schulpflicht mit dem Ersten Weltkrieg zu tun?

Mit verblüffenden Fakten und humorvollen Erklärungen wird Wissenschaft verständlich und unterhaltsam vermittelt. Ein Buch für alle, die mehr wissen wollen und ihren Alltag neu entdecken möchten!



Marius Nagel hat früh begonnen, Dinge zu hinterfragen. Der studierte Wirtschaftsingenieur ist als Dozent tätig und hat bereits einige erfolgreiche Bücher als Amazon-Selfpublisher geschrieben, die Wissen einfach und auf verständliche Art und Weise vermitteln.



Marius Nagel – Warum läuft die Zeit schneller, wenn ich mich beeile?
50 verblüffende Antworten auf wissenschaftliche Fragen, die du dir noch nie gestellt hast
208 Seiten, 13,5 x 21,5 cm, Paperback, ISBN 978-3-8312-0644-5
24,00 € (D), 24,90 € (A), WG 1982



9 783831 206445