

Liebe Büchereifreunde, liebe Leser,

hier möchten wir euch einmal wieder einige neue Bücher vorstellen:



Jojo Moyes: Eine Handvoll Worte

1960. Jennifer Stirling müsste eigentlich glücklich sein: Sie führt ein sorgloses Leben an der Seite ihres wohlhabenden Mannes. Doch ihr Herz gehört einem anderen – und er bittet sie, alles für ihn aufzugeben.

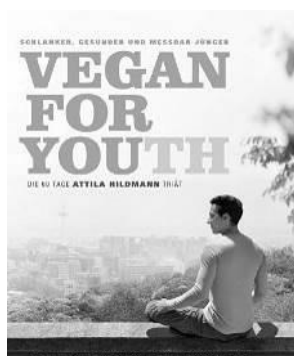
2003. Ellie Haworth hat ihren Traumjob gefunden: Sie ist Journalistin bei einer der führenden Zeitungen Londons. Eigentlich müsste sie glücklich sein. Doch der Mann, den sie liebt, gehört einer anderen.

Eines Tages fällt Ellie im Archiv ein Jahrzehnte alter Brief in die Hände: Der unbekannte Absender bittet seine Geliebte, ihren Ehemann zu verlassen und mit ihm nach New York zu gehen. Als Ellie diese Zeilen liest, ist sie erschüttert. Was ist aus den beiden und ihrer Liebe geworden? Sie stellt Nachforschungen an und stößt auf Jennifer: eine Frau, die alles verloren hat. Alles, außer einer Handvoll kostbarer Worte. Wer die Liebe nicht kennt, kennt nichts. Wer sie hat, hat alles.



Beverly Jensen: Die Hummerschwwestern

Ein Fleckchen Erde wird zur ganzen Welt
New Brunswick, Kanada. Ein kleines Haus am Rande einer zerklüfteten Steilküste. Hier leben die Schwestern Idella und Avis nach dem Tod der Mutter allein mit ihrem chaotischen Vater. In einer Welt, die aus nichts als Kartoffelfarmen, Hummerfallen, rauen Männern und harter Arbeit zu bestehen scheint. Wäre da nicht die lebenswerte Maddie, das französischsprachige Dienstmädchen, das sich nach einer Familie sehnt und aus alten Lumpen eine Puppe zusammennäht, die ihr Ein und Alles ist. Und der schrullige Doktor, der ein schreckliches Geheimnis hütet. Und natürlich Avis' störrische Kuh Bossy, die eines Tages beinahe im Schlamm versinkt. Über sieben Jahrzehnte hinweg begleiten wir die unvergesslichen Schwestern von Kanada nach Neuengland, wo Idella in ihrem Gemischtwarenladen in Maine kauzige Einheimische bedient, während ihr Mann anderen Frauen nachstellt. Und wo Avis an einem stürmischen Wintertag etwas ganz Entscheidendes verliert ...



Attila Hildmann: Vegan for Youth

Für „Vegan For Youth“ ist Attila Hildmann u. a. bis nach Japan gereist, um die Zusammenhänge zwischen besonderen Lebensmitteln und den Orten zu verstehen, an denen Menschen bei bester Gesundheit steinalt werden. Aus den gesammelten Erkenntnissen über die sogenannten „Superfoods“ hat er jetzt eine weltweit einmalige „Triät“ entwickelt, die Alterungsprozesse regelrecht herunterdrehen kann. Begleitet von Wissenschaftlern der Charité in Berlin, die mit einem viel beachteten neuen Messverfahren Alterungsprozesse auf der Haut und in der Atemluft messen können, hat Attila Hildmann die Wirkung seiner Ernährungsempfehlungen überprüft. Das Fazit: Mit leckeren veganen Rezepten,

einem Training zur Verbesserung der Beweglichkeit und einem begleitenden Programm zur Meditation nach asiatischem Vorbild kann jeder mit dieser Triät in nur 60 Tagen einen neuen Status quo des eigenen Körpers erreichen. Ein schöner Nebeneffekt: Ohne Hunger lassen sich in dieser Zeit 10 Kilo Übergewicht verlieren. Nach 60 Tagen fühlt sich der Challenger leichter, gesünder, beweglicher – und vor allem jünger.