

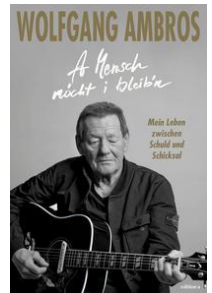
## Biografien

**Ambros, Wolfgang:**

**A Mensch möcht i bleib'n : Mein Leben zwischen Schuld und Schicksal / Wolfgang Ambros. - Wien : edition a, 2022.**

Als einer der bedeutendsten österreichischen Musiker der Gegenwart begründete Wolfgang Ambros den Austropop mit. Fünfzig Jahre nach seinem ersten Hit Da Hofa rockt er weiter österreichische und deutsche Bühnen.

In diesem Buch zieht er ein sehr persönliches Zwischenresümee: Gibt es ein Schicksal? Gibt es Schuld und Sühne? Gibt es eine ausgleichende Gerechtigkeit? Ein Buch wie ein Ambros-Song: philosophisch und subtil.



**Ebert, Lily:**

**Lilys Versprechen : Wie ich Auschwitz überlebte und die Kraft zum Leben fand / Lily Ebert ; Dov Forman. - 2. Aufl. - München : mvg, 2022.**

Das bewegende Zeugnis einer Holocaust-Überlebenden

Als die Holocaustüberlebende Lily Ebert 1945 befreit wird, steckt ihr ein amerikanischer Soldat einen Geldschein zu, den sie ihr Leben lang behält und viele Jahre später ihrem Urenkel Dov zeigt. Dov beschließt, diesen Soldaten über die sozialen Medien auffindig zu machen. So kommt die 96-jährige Lily schließlich weltweit in die Schlagzeilen und kann endlich ihr Versprechen einlösen und der ganzen Welt von ihrem Schicksal und dem Grauen des Holocaust erzählen.

In diesem bewegenden Lebensbericht erzählt Lily von ihrer glücklichen Kindheit in Ungarn, wie sie nach Auschwitz deportiert, als Zwangsarbeiterin in einer Munitionsfabrik eingesetzt wurde und einen Todesmarsch nur knapp überlebte. Es waren die kleinen Akte des Widerstands, die ihr immer wieder Kraft gaben, für das Überleben zu kämpfen.

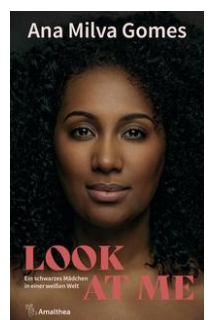
Obwohl die Vergangenheit immer auf ihr lastet, erhebt diese außergewöhnliche Frau bis ins hohe Alter ihre Stimme, um Zeugnis abzulegen, sodass sich dieses Grauen niemals wiederholen möge.



**Gomes, Ana Milva:**

**Look at me : Ein schwarzes Mädchen in einer weißen Welt / Ana Milva Gomes. - Wien : Amalthea Signum Verlag, 2021.**

WHY WE MATTER Von Kindesbeinen an zieht es Ana Milva Gomes auf die Bühne. Mit außergewöhnlichem Talent, viel harter Arbeit und unbändigem Willen erkämpft sich die Tochter kapverdischer Immigranten erfolgreich Musical-Hauptrollen in »Mamma Mia!«, »Sister Act« oder »Cats«. Doch abseits des Scheinwerferlichts stößt die sympathische Künstlerin immer wieder an die Grenzen einer monochromen Gesellschaft. Nach der Geburt ihrer Tochter und dem medienwirksamen Tod des Afroamerikaners George Floyd erkennt sie, dass ihr Auftritt politischer ist als gewollt – und beginnt, ihre eigenen schmerzvollen Erfahrungen mit Diskriminierung zu reflektieren. Bewegend und ohne jede Anklage erzählt sie von beabsichtigtem und unbeabsichtigtem Rassismus, degradierenden Stereotypen und ihrer Verantwortung als schwarze Frau auf der Bühne – ein leidenschaftlicher Appell an die Gesellschaft für mehr Offenheit und ein bewusstes interkulturelles Miteinander.



# buecherei

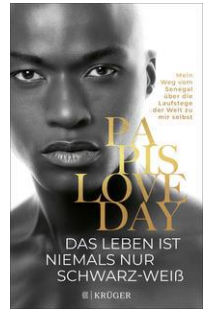
Stadtbücherei & Mediathek Krems  
3500 Krems, Körnermarkt 14, T: 02732 801-382, F: DW 564  
buecherei@kreams.gv.at

kreams

**Loveday, Papis:**

**Das Leben ist niemals nur schwarz-weiß : Mein Weg vom Senegal über die Laufstege der Welt zu mir selbst / Papis Loveday ; Valerie Gorris. - Frankfurt : Fischer Krüger, 2021.**

Ein strenger Blick nach vorn. Disziplin, Entschlossenheit, Biss. Dann ein Lachen aus tiefster Seele, das vor Wärme und Lebensfreude nur so sprüht. So facettenreich das nahezu perfekte Gesicht, so facettenreich auch der Mensch dahinter. Geboren im Senegal spürt Papis schon früh, dass er anders ist als seine 25 Geschwister. Durch ein Sportstipendium in Paris entflieht er den engen Konventionen seines Heimatlandes. Dann der Rückschlag: Papis verletzt sich, sein Traum, als Läufer bei der Leichtathletik-WM dabei zu sein, platzt. Unerwartet öffnet sich eine andere Tür: Er startet eine steile Modelkarriere. Doch die Branche ist hart, Papis erlebt auch Ausgrenzung und persönliche Krisen.

**Pfattner, Letizia Hauser:**

**Vom Leid zum Glück : Mein Leben als Kostkind / Letizia Hauser Pfattner. - Bozen : Edition Raetia, 2022.**

Von ihrer Mutter verstoßen, wächst Letizia als Kostkind bei verschiedenen Familien auf – ein uneheliches Kind, noch dazu mit einem „walschen“ Namen. Ihre Kindheit ist geprägt von seelischer und körperlicher, auch sexueller, Gewalt. Immer wieder kommt sie zu neuen Familien, fühlt sich weitergereicht „wie eine Schüssel voll Salat“. Und mit jedem Neuanfang beginnt der Kreislauf der Gewalt von vorn. Bis Letizia es endlich schafft, ihren Peinigern zu entkommen ...

**Natur**

- **Medizin, Gesundheitspflege – N 10.1**

**Bartrow, Kay:**

**Kopf- und Gesichtsschmerzen ganzheitlich behandeln : Wie sie entstehen. Was Sie dagegen tun können. Mit vielen Alternativen zu Medikamenten. / Kay Bartrow. - Hannover : humboldt, 2021.**

Wer unter Spannungskopfschmerzen, Migräne und Gesichtsschmerzen leidet, fühlt sich oft den Schmerzen hilflos ausgeliefert. Wenn der Leidensdruck zu groß wird, greifen manche zu Therapien, die unerwünschte Nebenwirkungen haben können. Deutlich effektiver sind ein ganzheitlicher, körperorientierter Ansatz und zahlreiche Selbsthilfemaßnahmen. In seinem Ratgeber zeigt der Physiotherapeut Kay Bartrow, welche Ursachen Kopf- und Gesichtsschmerzen haben können, welche Medikamente eingesetzt werden können, welche vorbeugenden Hilfen es gibt und wie man mit gezielten Übungen und ganzheitlichen Methoden die Schmerzen selbst lindern kann.

**Vajkoczy, Peter:**

**Kopfarbeit : Ein Gehirnehirn über den schmalen Grat zwischen Leben und Tod / Peter Vajkoczy. - München : Universum Film GmbH, 2022.**

Kopfarbeit ist der empathische Bericht des renommierten Gerhinehirnchirurgen Prof. Dr. Vajkoczy, Chefarzt an der Charité in Berlin. Erstmals erzählt er von seltenen Erkrankungen, komplizierten Operationen und modernsten Operationstechniken. Seine Patienten und der wissenschaftliche Fortschritt sind ihm gleichermaßen wichtig. Und ständig leben Neurochirurgen wie er mit dem Druck, dass die kleinste Komplikation schwerwiegende Folgen haben kann, das Gelingen jedoch den Mut belohnt, nichts unversucht zu lassen - und das Leben rettet.



# buecherei

Stadtbücherei & Mediathek Krems  
3500 Krems, Körnermarkt 14, T: 02732 801-382, F: DW 564  
buecherei@krems.gv.at

**krems**

## Philosophie

### • Elternratgeber – PH 4.2

**Hummel, Inke:**

**Mein wunderbares wildes Kind : Zu laut, zu unbequem, zu anders - Was lebhaftes Kinder und ihre Eltern brauchen / Inke Hummel. - Hannover : humboldt, 2021.**

Anders als andere, laut und anstrengend, aber auch mutig und leidenschaftlich: Ein Kind mit wildem Temperament kann den Familienalltag ganz schön durcheinanderbringen – egal, in welchem Alter. Wie gehe ich mit Übermut, Unkonzentriertheit oder Wut um? Wann soll ich mein Kind bremsen und wie lerne ich, seine Wildheit zu lieben? Wie meistern wir Stress-Situationen und Konflikte zu Hause, in der Kita, mit Freunden oder Lehrern? In ihrem Ratgeber liefert Pädagogin und Eltern-Coach Inke Hummel Antworten auf diese und weitere Fragen – aus bindungsorientierter Sicht. Sie zeigt, wie Eltern ihr wildes Kind liebevoll begleiten, warum Strafen und Druck keine Lösungen sind und wie es gelingt, in lauten Momenten Ruhe zu bewahren.



## Praktische Gebiete

### • Kochen, Getränke, Ernährung – V 2

**Herzfeld, Manuela:**

**Eat & Love : Unsere Jeden-Tag-Küche mit Herz / Manuela Herzfeld ; Joelle Herzfeld. - 1. Aufl. - Ingling : EMF Verlag, 2022.**

Bekannt für ihre tollen Thermomix-Rezepte von ihrem Blog "Food with love" sind Manuela und Joëlle Herzfeld schon lange in der Food-Szene verankert und ihre mehr als 270.000 Follower lieben sie dafür! Ihre bisherigen Bücher sind allesamt Bestseller und ihre App ebenso. Mit dem neuen Buch erfüllen sich die beiden einen Herzenswunsch, der schon lange in ihren Köpfen rumorte. In ihrem neuen Kochbuch zeigen sie euch spannende neue Rezepte, die einfacher nicht sein können. Und das ganz ohne den Thermomix. Denn den lassen sie diesmal aus!



# buecherei

Stadtbücherei & Mediathek Krems  
3500 Krems, Körnermarkt 14, T: 02732 801-382, F: DW 564  
buecherei@kreams.gv.at

**kreams**