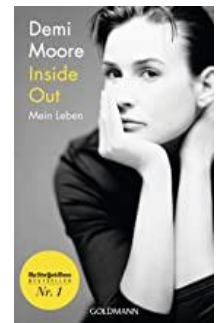


## Biografien

### **Moore, Demi:**

**Inside Out : Mein Leben / Demi Moore. - 1. Aufl. - München : Wilhelm Goldmann, 2020.**

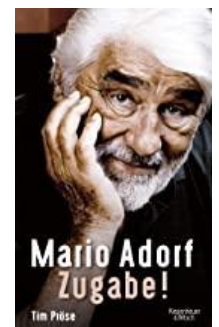
Demi Moore ist seit Jahrzehnten ein Synonym für legendäre Filmrollen. Doch obwohl sie im Laufe ihrer Karriere zu einer der bestbezahltesten Schauspielerinnen in Hollywood wurde, kämpfte sie stets mit Zweifeln und Unsicherheiten, Sucht und Körperbildproblemen. Zuletzt machte sie vor allem durch Negativschlagzeilen über ihre Alkoholabhängigkeit und ihre Beziehung mit Asthon Kutcher von sich reden. Mit knapp 50 steht sie schließlich vor einem beruflichen und privaten Scherbenhaufen und leidet an gesundheitlichen Problemen. Wie konnte das passieren?



### **Pröse, Tim:**

**Mario Adorf - Zugabe! / Tim Pröse. - 1. Aufl. - Köln : Kiepenheuer& Witsch, 2019.**

Im Alter von fast 90 Jahren schaut der große Schauspieler Mario Adorf zurück auf ein abenteuerliches Leben voller Triumphe am Theater, im Film und im Fernsehen. In zahlreichen und intensiven Gesprächen mit dem Autor Tim Pröse entstand so die Lebensbilanz eines großartigen Künstlers und Jahrhundertschauspielers.



### **Rubey, Manuel:**

**Einmal noch schlafen, dann ist morgen : Loblied auf das Jetzt / Manuel Rubey ; Doris Priesching. - Graz : Verlag Styria, 2020.**

Nichts im Leben ist planbar und das ist nicht nur während einer Krise so. Die Welt ist am Dampfen, nicht nur unser Klima ist erhitzt, auch wir selbst sind am Kochen. Pausen gelten als böse und sind eigentlich nicht vorgesehen. Was aber, wenn wir gezwungen sind, innezuhalten? Dem Schauspieler, Musiker und Kabarettisten reicht s. In seinem Leben hat sich zu viel angesammelt. Zu viel Arbeit, Freizeitstress, Beziehungszwänge, Seelenmüll. Zu viel Angst. Manuel Rubey beendet toxische Beziehungen, befreit sich von Panikattacken und hört mit dem Rauchen auf. Aber das ist erst der Anfang. Manuel Rubey setzt auf das Weglassen. Er stimmt ein Loblied auf das Jetzt an. Witzig, bissig, gnadenlos ehrlich und mit vielen hilfreichen Listen plädiert er für Entschleunigung und Reduktion.

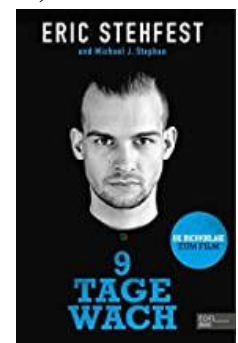


### **Stehfest, Eric:**

**9 (Neun) Tage wach / Eric Stehfest ; Michael J. Stephan. - 12. Aufl. - Hamburg : Edel , 2017.**

Eric Stehfest gehört zu den Shootingstars des deutschen Fernsehens, er ist Hauptdarsteller in »Gute Zeiten, Schlechte Zeiten« und brillierte in der Tanzshow »Let's dance«. Was nur wenige wissen: In seiner Jugend war er jahrelang von der Partydroge Crystal Meth abhängig. Erst über eine einjährige Entziehungskur – Auslöser war ein neun Tage langer Rausch, den er fast nicht überlebte – schaffte er den Absprung.

Heute ist er clean und hat sich zur Aufgabe gemacht, über die Gefahren dieser Modedroge aufzuklären. In »9 Tage wach« berichtet Eric Stehfest schonungslos über seine Zeit in der Drogenszene, den schmerzhaften Entzug und ein jahrelanges Doppelleben.



# buecherei

**Welser-Möst, Franz:** Als ich die Stille fand : Ein Plädoyer gegen den Lärm der Welt / Franz Welser-Möst. - 2. Aufl. - Wien : Brandstätter , 2020.

Bei einem schweren Autounfall erlebte Franz Welser-Möst als Jugendlicher den Klang der Ewigkeit: ein Zustand, den er seither in der Musik sucht. In den zum Teil sehr persönlich gehaltenen Reflexionen anlässlich seines 60. Geburtstags nimmt uns Franz Welser-Möst mit auf eine Reise durch sein Leben in der Musik, angefangen von seiner Jugend in Oberösterreich über seine Begegnungen mit Herbert von Karajan bis hin zu seinen Engagements in London, Zürich, an der Wiener Staatsoper und beim weltberühmten Cleveland Orchestra. Machtspiele hinter den Kulissen und Gedanken über den modernen Markt der Musik bleiben nicht ausgespart. Vor allem aber erzählt der Dirigent von der Bedeutung des Sich-immer-wieder-Neuerfindens und künstlerischer Inspiration, von Musik als Impuls für Bildung und soziale Fragen und als Hilfe, unsere chaotische Welt zu ordnen.



## Geschichte

### **Geschichtliche Persönlichkeiten – G 8**

**Trump, Mary L.:**

**Zu viel und nie genug : Wie meine Familie den gefährlichsten Mann der Welt erschuf / Mary L. Trump. - München : Random House GmbH, 2020.**

Das wahre Gesicht von Donald Trump – intime Details aus der Familiengeschichte des US-Präsidenten

Mary L. Trump, Nichte des US-Präsidenten und promovierte klinische Psychologin, enthüllt die dunkle Seite der Familie Trump. Einen Großteil ihrer Kindheit verbrachte Mary im Hause ihrer Großeltern in New York, wo auch Donald und seine vier Geschwister aufwuchsen. Sie schildert, wie Donald Trump in einer Atmosphäre heranwuchs, die ihn für sein Leben zeichnete und ihn letztlich zu einer Bedrohung für das Wohlergehen und die Sicherheit der ganzen Welt machte.

Als einziges Familienmitglied ist Mary Trump dazu bereit, aus eigener Anschauung die Wahrheit über eine der mächtigsten Familien der Welt zu erzählen. Ihre Insiderperspektive in Verbindung mit ihrer fachlichen Ausbildung ermöglicht einen absolut einmaligen Einblick in die Psyche des unberechenbarsten Mannes, der je an der Spitze einer Weltmacht stand.



# buecherei

## Staat und Recht – G 10.1

### Kritisches Handbuch der österreichischen Demokratie

: BürgerInnen, Verfassung, Institutionen, Verbände / hrsg. v. Reinhard Heinisch. - Köln : Böhlau, 2020.

Wie funktioniert das politische System in Österreich? Warum hat es in den letzten Jahren an Vertrauen eingebüßt? Und was erklärt die vielzitierten österreichischen Lösungen"? Antworten auf Fragen wie diese zu finden, gestaltet sich oft schwierig. Die rechtlichen Grundlagen gelten als schwer verständlich. Und viele politische Weichen werden in informellen Räumen gestellt, die in der Verfassung gar nicht vorgesehen sind. Das politische System gleicht somit einem Rätsel. Das Kritische Handbuch der österreichischen Demokratie möchte hier Antworten geben wissenschaftlich fundiert, aber allgemein verständlich. Es beleuchtet das Regelwerk der Bundesverfassung, die Institutionen des demokratischen Prozesses und die politischen Funktionsweisen der Verwaltung. Vor allem aber zeigt es Theorie und Wirklichkeit des österreichischen Parteienstaates auf und denkt über Defizite und Reformmöglichkeiten nach.



## Politik – G 10.2

### Kantor, Jodi:

(#)Me Too : Von der ersten Enthüllung zur globalen Bewegung / Jodi Kantor ; Megan Twohey. - Stuttgart : J.G.Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH, 2020.

Monatelang recherchieren Megan Twohey und Jodi Kantor, um die Wahrheit über Harvey Weinstein herauszufinden. In ihren Interviews mit über 80 Frauen beweisen sie erstmals, was die bereits kursierenden Gerüchte besagen: Sexueller Missbrauch und Belästigungen sind an der Tagesordnung. Schauspielerinnen wie Mitarbeiterinnen Weinsteins berichten von Schweigegeldzahlungen und Geheimhaltungsvereinbarungen, die die jahrzehntelangen Übergriffe systematisch verschleierten. Mit immensem journalistischem Geschick und gegen alle Widerstände gelingt es Jodi Kantor und Megan Twohey, Harvey Weinstein zu Fall zu bringen. In diesem Buch erzählen sie nicht nur von bislang unveröffentlichten Details und versteckten Quellen, sie verdeutlichen auch, was die Enthüllung für die daraus erwachsene, weltweite #MeToo-Bewegung bedeutet. Eine einzigartige, inspirierende Geschichte des investigativen Journalismus, in der sich Frauen für andere Frauen, zukünftige Generationen und für sich selbst eingesetzt haben.

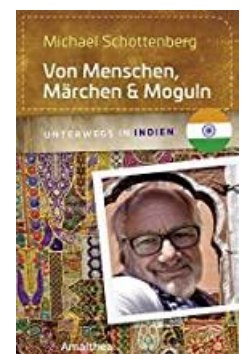


### Reisen

#### Schottenberg, Michael:

Von Menschen, Märchen & Modulen : Unterwegs in Indien / Michael Schottenberg. - 2020.

Indien, Land der Wunder und Gegensätze, ist eine Herausforderung für jeden Reisenden. Auch für Michael »Schotti« Schottenberg, der fünf Wochen lang mit Rucksack und Notizbuch quer durch den asiatischen Subkontinent fährt, von Mumbai im Westen bis Kalkutta im Osten. Was sich ihm bietet, ist eine Welt mit zwei Gesichtern, in der prunkvolle Märchenpaläste und leuchtende Farben neben bitterster Armut zu finden sind. »Indien ist ein unfassbar verwirrendes Land, ein Land der Zukunft, das im Mittelalter feststeckt. Indien ist Horror und zarter Liebeshauch aus 1001 Nacht, Fluidum geheimnisvoller Düfte und fauliger Geruch brennender Leichen ...«



# buecherei

## Sport

### Sonstige Sportarten – SP 8

**Lazenby, Roland:**

**Kobe Bryant - Der Beste der NBA / Roland Lazenby. - 1. Aufl. - Wien : egoth verlag GmbH, 2020.**

Wenige Athleten prägen ihre Sportart so sehr wie die großen Legenden der US-amerikanischen National Basketball Association (NBA), Spieler wie beispielsweise Julius Erving, Magic Johnson oder Michael Jordan. Der im Januar 2020 bei einem Hubschrauberabsturz tödlich verunglückte Basketball-Superstar Kobe Bean Bryant gehört zu diesen Legenden - dank seines einzigartigen Charismas und seinen herausragenden Fähigkeiten. Das Buch Kobe Brant Showboat von Roland Lazenby beschreibt die Laufbahn eines der schillerndsten Showmänner in der amerikanischen Sports Geschichte, von seiner Kindheit bei den Vorstadtmannschaften Philadelphias bis hin zu seinem fünften NBA Meistertitel als Shooting Guard mit den Los Angeles Lakers 2016 und seinen Goldmedaillen mit der U.S. amerikanischen Mannschaft bei den Olympischen Spielen in Beijing 2008 und London 2012.



### Abenteuer – SP 9

**Weber, Markus Maria:**

**Ein Coffee to go in Togo : Ein Fahrrad, 26 Länder und jede Menge Kaffee / Markus Maria Weber. - 5. Aufl. - Meerbusch : Conbook Medien, 2017.**

Eines Tages wirft der Unternehmensberater Markus Weber seine heile Welt über den Haufen und stürzt sich Hals über Kopf in ein Abenteuer. Er setzt sich auf sein Fahrrad und fährt los – durch 26 Länder, bis nach Togo. Seine Reise führt ihn durch verlassene osteuropäische Dörfer und über zermürbende Sandpisten in Westafrika. Er fährt per Anhalter durch die Sahara, radelt durch den guineischen Regenwald und schmuggelt sich in Liberia über geschlossene Grenzübergänge. Alles, um zwei Fragen zu beantworten: Wer bin ich? Und: Gibt es eigentlich Coffee to go in Togo?



## Technik

### Computertechnik – T 6.4

**Immler, Christian:**

**WhatsApp optimal nutzen / Christian Immler. - 3. Aufl. - Burghann : Markt+Technik, 2020.**

WhatsApp optimal nutzen - 3. aktualisierte Auflage mit allen Neuheiten von 2020  
Dieses Buch zum Thema WhatsApp richtet sich an alle WhatsApp-Nutzer und die, die es werden wollen, unabhängig davon, ob sie ein iPhone oder Android-Smartphone nutzen. Autor Christian Immler berücksichtigt die Apps für beide Betriebssysteme. Dabei erfahren Sie alles, was Sie über die beliebteste Chat-App wissen müssen. Von der Installation und der Warnung vor Fake-Apps über das eigene Profil, das Senden von Nachrichten, Daten und Bildern bis zu Gruppen, Sprachnachrichten und Telefonieren. Die aktuellen Änderungen von WhatsApp werden ebenfalls vermittelt, sodass Sie auf dem allerneuesten Stand in Sachen WhatsApp sind.



# buecherei

**Schelz, Ignatz:**

**Windows 10 : Sehen und Können / Ignatz Schelz. - 5. Aufl. - Burgthann : Markt+Technik, 2020.**

Der bekannte Windows-Experte Ignatz Schels führt Sie Schritt für Schritt durch alle wichtigen Funktionen der aktuellen Windows-Version. Egal, ob Sie Windows 10 auf dem PC, Notebook oder Tablet nutzen:

Mit den anschaulichen Bild-für-Bild-Anleitungen richten Sie Windows ein, installieren Apps und konfigurieren Ihre Netzwerk- und Internetverbindungen. Sie schreiben Mails, bearbeiten Fotos, verwalten Ihre Daten, surfen sicher durch das Internet und schützen Ihr System vor Eindringlingen.



## Philosophie

### Religion und Esoterik – PH 2.1

**Schmidtkunz, Renata:**

**Himmlich frei : Warum wir wieder mehr Transzendenz brauchen / Renata Schmidtkunz. - Wien : edition a, 2019.**

Transzendenz ist in unserer wissenschaftsgläubigen Welt in Ungnade gefallen. Die ORF-Journalistin Renata Schmidtkunz, bekannt aus der Ö1-Hörfunkreihe Im Gespräch, plädiert für ihre Wiederentdeckung in zeitgemäßer Form. Denn in der Transzendenz, dem Denken über das Irdische hinaus, liegt auch die Kraft zur Selbstbestimmung und zum Widerstand.



### Praktische Psychologie – PH 3.3

**Gammour, Senna:**

**In dein Gesicht! : Erfolg ist die beste Rache / Senna Gammour. - 1. Aufl. - München : Gräfe u. Unzer, 2020.**

Auch der schlimmste Liebeskummer ist irgendwann überstanden. Aber was kommt dann? Wer BIN ich, was WILL ich und wie soll mein Leben aussehen? Auf die sieben Stufen des Kummers folgt die grandiose achte Stufe: Selbsterkenntnis, Unabhängigkeit und Erfolg. Auch Senna Gammour musste jahrelang um ihr Glück kämpfen. Doch mit ihrer unbändigen Kraft und ihrem unverwechselbaren Humor hat sie alle Krisen und Enttäuschungen überstanden. Sie hat erkannt: Man darf sich von Gegenwind niemals entmutigen lassen – schon gar nicht als Frau. Und man sollte sich weder auf Männer noch auf falsche Freunde verlassen. In ihrer gewohnt direkten Art zeigt sie in ihrem neuen Buch, wie man an sich selbst glauben lernt, Ängste überwindet und schließlich zum Boss des eigenen Lebens wird. Finde die Stärke in dir und werde endlich wahrhaft glücklich – und erfolgreich!



# buecherei

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

kreams

**Mahlodji, Ali:**

**Entdecke dein Wofür : Der Weg zu einem Leben, das wirklich deins ist / Ali Mahlodji. - 1. Aufl. - München : Gräfe u. Unzer, 2020.**

Wer wir sind - und wer wir sein könnten: Der einzigartig motivierende Kickstart in ein selbstbestimmtes Leben

Ein Buch, das Ihr Leben verändern wird! Ali Mahlodji entwickelte sich vom Flüchtlingskind, Stotterer und Schulabbrecher zum erfolgreichen Unternehmer, gefeierten Speaker und EU-Jugendbotschafter.

Wir erhalten praktische Impulse sowie bewährte Anleitungen, die uns verblüffend einfach an unser Ziel führen und lernen, scheinbar unüberwindbare Hürden zu überwinden. Auch Ihre Zukunft ist noch nicht geschrieben, sondern wartet darauf, von Ihnen erträumt und geformt zu werden. Wann, wenn nicht jetzt?



## Esoterik – PH 3.4

**Sunim, Haemin:**

**In der Stille findet das Glück dich leichter / Haemin Sunim. - Berlin : Scorpio, 2020.**

Immer mehr Menschen haben heute psychische Probleme, weil sie sich innerlich verloren haben. Wir führen zwar ein Leben mit uns, oft aber ohne zu wissen, wer wir sind und was wir uns wirklich wünschen. Unsere Aufmerksamkeit ist hauptsächlich nach außen gerichtet.

Haemin Sunim lädt uns ein, die Stille in uns wieder zu entdecken. Werden wir innerlich still, zeigen sich die Dinge, die wir im Trubel unserer Gedanken übersehen haben, klarer.



## Natur – N 7

**Storl, Wolf-Dieter:**

**Wir sind Geschöpfe des Waldes : Warum wir untrennbar mit den Bäumen verbunden sind / Wolf-Dieter Storl. - 2. Aufl. - München : Gräfe u. Unzer, 2019.**

Wolf-Dieter Storl möchte uns in „Wir sind Geschöpfe des Waldes“ den Wald wieder näherbringen. Er gibt uns einen Einblick in die Tiefen des Waldes mit seiner Geschichte, seinen Mythen, Bildern und Symbolen. Die erste Biographie zwischen dem Wald und dem Menschen wird damit eine Reise zu unseren wahren traditionellen Wurzeln.



# buecherei

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

kreams

## Praktische Gebiete

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

#### **Großmutter's feines Marmeladenbüchlein**

- 6. Aufl. - Daun : Regionalia Verlag, 2019.

Mehr als 70 köstliche, altbewährte Marmeladerezepte präsentiert dieses Buch, alle problemlos zuzubereiten. Stellen Sie Brombeer-, Apfel-, Erdbeer- oder Quittenmarmelade selbst her. Oder kombinieren Sie Früchte zu leckeren Kompositionen. Ob für Ihre Familie oder einfach zum eigenen Genuss: Apfel-Birne-Marmelade oder Aprikose-Honigmelone-Marmelade sind Delikatessen, die aus dem Frühstück, dem Pausensnack oder dem Abendbrot kleine Festmahle machen! Sie mögen es vor allem herzhaft? Dann probieren Sie Kürbis- oder Karotten-äpfel-Marmelade. Sie lieben das Ausgefallene und möchten Ihre Nächsten und Freunde kulinarisch überraschen? Dies gelingt Ihnen mit Aprikosenmarmelade mit Kokos, mit der Mehrfruchtarmelade »Beerenzauber« oder mit Kirschmarmelade mit Likör. Dieses Buch bietet Ihnen eine einzigartige Sammlung traditioneller und origineller Marmeladen. überraschen Sie damit doch Ihre Nächsten und Ihre Freunde!



#### **Hohenlohe, Martina:**

#### **Pasta : Die besten Nudel-Rezepte aus dem Kochsalon für Einsteiger und Auskenner / Martina Hohenlohe. - 1. Aufl. - 2020. - (Mein wunderbarer Kochsalon)**

50 Pasta-Rezepte für die unkomplizierte Küche, mit Fleisch, Fisch oder vegetarisch. So einfach, so schnell und so gut.



### **Haushalt, praktische Tipps – V 2.4**

#### **Austry, Anna:**

#### **Ein Jahr voller Ideen : Basteln, Gärtnern, Kochen ... - Tolle Projekte für jede Jahreszeit / Anna Austry, Catherine Delprat, Anne Loiseau. - Renningen : Vivo Buch, 2020.**

Machen Sie aus Ihren Wochenenden und Ihrer Freizeit besondere Momente der Erholung, des Wohlfühlens und der Entdeckungen! Sie wollten in Ihrer Freizeit schon immer aktiv sein? Jetzt geht es los! Erleben Sie ein Jahr mit vielen tollen Ideen und entdecken Sie Monat für Monat kreative und leckere Dinge, Aktivitäten des Wohlfühlens und Ideen für den Garten Widmen Sie sich Ihrem körperlichen und geistigen Wohl! Abschalten, das Gedächtnis auffrischen, die Wohltat eines Waldbades entdecken und sich ein Wochenende mit Ruhe und Spa gönnen, Yoga und Selbstmassage ausprobieren, selbst Kosmetik herstellen etc. Aktivieren Sie Ihre kreative Ader! Deko für das Haus herstellen, Schmuck basteln, häkeln, ein Bullet Journal anfertigen, Stoff selber färben etc. Entdecken Sie Ihren grünen Daumen! Auf dem Balkon einen kleinen Garten mit duftenden Kräutern und Blumen oder mit Gemüse anlegen, mit Permakultur starten, sich den Zimmerpflanzen widmen etc. Seien Sie umweltbewusst! Reinigungsmittel für das Haus selber machen, das Haus mit wohltuenden Pflanzen schmücken, Vögel in den Garten locken, Kräuter beim Spazierengehen sammeln, Abfälle recyceln etc. Schöne Familienerlebnisse gestalten! Mit den Kindern kochen, mit ihnen zusammen Spiele basteln, einen lustigen Nachmittag oder eine Pyjama-Party für sie organisieren etc.



# buecherei

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

**krems**

# buecherei

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

 krems