

## Schweren Situationen mit Geduld begegnen

Der Diplomat und aus ihnen gelernt. Mit seinem Buch „Sei ein Frosch oder Die Kunst, im

Leben den richtigen Moment zu erwischen“ gibt er Menschen, die sich vielleicht in einer schwierigen Lebensphase befinden, hilfreiche Ratschläge. In einer schweren Lebenskrise entdeckte er das Frosch-Prinzip: Immer gelassen bleiben, aber dennoch hellwach, immer bereit, seine Chance zu nutzen. Der Autor gibt seinen Lesern Tipps, wie sie mit diesem Prinzip besser mit scheinbar ausweglosen Situationen umgehen können. **„Sei ein Frosch oder Die Kunst, im Leben den richtigen Moment zu erwischen“ von Nam Nguyen, Patmos Verlag, 189 Seiten, 14,99 Euro, ISBN 978-3-8436-0370-6**



## Buchtipps



### Der Natur auf der Spur

Kinder sind von Natur aus neugierig, sie wollen alles wissen, erleben, anfassen. Das Buch „Mit dem kleinen Salamander durchs Jahr“ hat der Haupt-Verlag ein schönes Buch für kleine und große Naturfreunde herausgebracht. Mit Zeichnungen und Fotos werden den jungen und älteren Lesern die Jahreszeiten vorgestellt und die Tiere, die im Frühling, Sommer, Herbst und Winter besonders aktiv sind. Ob Biber, Mauswiesel, Schwarz-

specht oder auch Igel, Ameise, Weinbergschnecke und Graureiher: Diese Tiere und viele mehr werden in verständlicher Sprache und zum Teil recht ausführlich vorgestellt. Es ist wirklich eine tolle Lektüre für Kinder, die schon lesen können. Es sollte Platz in jedem Bücherregal finden. **„Mit dem kleinen Salamander durchs Jahr“, Haupt-Verlag, 132 Seiten, 19,90 Euro, ISBN 978-3-258-07827-4**

## Wie ein Autist seine Kindheit sieht

Gerade auf den ersten Seiten ist das Buch „Der Junge vom Saturn“ nicht einfach zu lesen. Man muss erstmal reinkommen in die Sprache, die Peter Schmidt gewählt hat. Schmidt ist ein Autist mit ausgeprägtem Asperger-Syndrom. In dem Buch beschreibt er seine Kindheit als Junge, der irgendwie anders ist, in einer Gesellschaft, in der solche Menschen nicht besonders aufgefangen werden. Schmidt ist hochbegabt, Kommunikation mit Menschen aber liegt ihm nicht. Schon als kleiner Junge liebte er Vulkane, Wüsten und Pla-

neten. Er hat seine eigene Sprache, seine eigene Welt. Auf der einen Seite will er die Welt entdecken, aber alles soll wie gewohnt ablaufen. Mit anderen Handlungs- und veränderten Tagesabläufen kommt Peter Schmidt schon in seiner Kindheit nicht klar. Das Buch seiner Jugendzeit gewährt dem Leser Einblicke in die Denkweise von Autisten. Wer sich durch die ersten Seiten „kämpft“ wird belohnt. **„Der Junge vom Saturn“ von Peter Schmidt, Patmos Verlag, 232 Seiten, 19,99 Euro, ISBN 978-3-8436-0390-4**

## DER Junge vom Saturn

Wie ein autistisches Kind die Welt sieht



## Kreatives aus der Natur

Wer gerne kreativ ist und mit Material aus der Natur Zauberhaftes bastelt, dem wird die Lektüre „Das Naturdeko-Buch“ von Eva Schneider gefallen. Muscheln als Magneten fürs Memoboard, Hokkaido-Kürbisse, aus denen bauchige Vasen werden, Windlichte mit Heidekraut und wunderschöne Türkränze aus Tannenzapfen sind nur einige der tollen Ideen, die in dem Buch zu finden sind. Aufgeteilt ist es nach den Jahreszeiten. So gibt es für den Frühling hübsche Osternester aus Federn und zarten Ästchen und im Sommer Lavendelblüten, die in Herzform einen duftigen Lufterfrischer für den Kleiderschrank ergeben. **„Das Naturdeko-Buch“ von Eva Schneider, BLV-Verlag, 127 Seiten, 14,99 Euro, ISBN 978-3-8354-1168-5**



„Das Naturdeko-Buch“ von Eva Schneider, BLV-Verlag, 127 Seiten, 14,99 Euro, ISBN 978-3-8354-1168-5



**C.H. WÄSER**  
BUCHHANDLUNG  
Hamburger Straße 26  
23795 Bad Segeberg  
Tel. 04551 / 908820

Auf die Bücher... fertig... los!  
[buchhandlung-waeser.de](http://buchhandlung-waeser.de)

## Mit Ritualen Glück in das Leben bringen

Werner Tiki Küstenmacher ist bekannt für seine schönen Bücher, in denen er Tipps für Alltagsorgen gibt. Nun hat der Autor, der evangelischer Pastor und Journalist ist, einen kleinen aber wirklich feinen Ratgeber rund um das Thema Rituale herausgebracht. „Sie bringen Struktur und Takt ins Leben. Rituale regeln menschliches Miteinander und drücken in vereinfachter Form Gefühle aus“, schreibt Küstenmacher im Vorwort. Sie seien wie Pflöcke, die man in den Tag einschlägt, um im Alltag nicht den Halt zu verlieren. Stress und

Spannungen könnten so gar nicht erst entstehen. Das Buch „Eine Handvoll Glück“ zeigt 50 Rituale, die das Leben erleichtern sollen. Küstenmacher nimmt die fünf Finger der Hand als Erinnerungszeichen zur Hilfe. So steht der kleine Finger in seinen Augen dafür, eine kleine Flucht im Alltag zu wagen. So solle man einfach mal den Vögeln beim Zwitschern zuhören. Der Ringfinger fordert dazu auf, sich zu befreien, sei es, indem man Unnützes entsorgt oder Ausgedientes verschenkt. Der Mittelfinger erinnert daran, die

eigene Mitte zu finden (zum Beispiel Mini-Fitness in den Alltag bauen). Mit dem Zeigefinger peilt man ein Ziel an („sagen Sie weniger, müssen“), der Daumen fordert: „Tun Sie etwas!“ Die kleine Lektüre ist wirklich toll und passt in jede Handtasche, sodass man immer mal wieder drin schmökern kann. „Eine Handvoll Glück“ ist lesenswert. Unbedingt kaufen! **„Eine Handvoll Glück“ von Werner Tiki Küstenmacher, Gräfe und Unzer Verlag, 128 Seiten, 9,99 Euro, ISBN 978-3-8338-2876-8**



## Mit dem grünen Daumen zur reichen Ernte

Obst schmeckt noch mal so gut, wenn man es selbst gepflanzt und geerntet hat. Dafür ist heutzutage nicht mal mehr ein großer Garten nötig. „Lesen, loslegen, ernten!“ ist das Motto des Buches „Obst - Das Grüner-Daumen-Prinzip“ von Hans-Werner Ollig. Der Autor beschreibt das Einmaleins des Obstanbaus, angefangen bei der Wahl des Standortes, des Düngers und des Pflanzenschutzes. Weiter erklärt er die einzelnen Obstsorten und deren Ansprüche und Eigenarten wie Apfel, Quitte, Apri-

kose, Stachelbeeren und Weintrauben. Auch Wildobstarten werden erwähnt. Mit dabei ist immer ein Rezept, zum Beispiel für Himbeer-Joghurt-Schichtdessert, selbstgemachten Casis und Aprikose-Aperol-Eis. Wer in das Thema reinschnuppern möchte, hat mit dem Buch eine passende Lektüre. Profis werden wenig damit anfangen können. **„Obst - Das Grüner-Daumen-Prinzip“ von Hans-Werner Ollig, blv-Verlag, 128 Seiten, 16,99 Euro, ISBN 978-3-8354-1191-3**

## Ganz dicht dran am Präsidenten Kennedy

Fast 280 Fotos des ehemaligen Präsidenten der USA, John F. Kennedy, die der vor zwölf Jahren verstorbene Fotograf Jacques Lowe geschossen hat, sind in dem aufwändigen Buch „Meine Jahre mit den Kennedys - Einblicke eines Fotografen“ veröffentlicht worden. Lowe war der bevorzugte Fotograf von Kennedy, deshalb sind in der großformatigen Lektüre zahlreiche Bilder zu sehen, die ganz nah dran sind am ehemals mächtigsten Mann der Welt. Ob mit der First Lady Jackie und Tochter Caroline zu Hause, hinter den Kulissen der Wahlen 1960 oder beim Staatsbankett mit Charles des Gaulle - sein Fotograf durfte immer an der Seite von John F. Kennedy sein. Neben den in Schwarz-Weiß gehaltenen Fotos beschreibt Lowe in Anekdoten und Geschichten, was er mit dem Clan um den Präsidenten erlebt hat. Jacques Lowe wurde 1930 als Junge mit jüdischen Wurzeln in Deutschland geboren und verbrachte seine Kindheit während des Nazi-Terrors im Verborgenen. Dann ging er in die USA und arbeitete als Fotojournalist bei führenden Magazinen, bevor er zum offiziellen Fotografen für Kennedy im Wahlkampf wurde. Die Ermordung des US-Präsidenten im Jahre 1963 hat Lowe nie verwunden. **„Meine Jahre mit den Kennedys - Einblicke eines Fotografen“ von Jacques Lowe, Süddeutsche Zeitung Edition, 256 Seiten, 24,90 Euro, ISBN 978-3-864971389**

tenen Fotos beschreibt Lowe in Anekdoten und Geschichten, was er mit dem Clan um den Präsidenten erlebt hat. Jacques Lowe wurde 1930 als Junge mit jüdischen Wurzeln in Deutschland geboren und verbrachte seine Kindheit während des Nazi-Terrors im Verborgenen. Dann ging er in die USA und arbeitete als Fotojournalist bei führenden Magazinen, bevor er zum offiziellen Fotografen für Kennedy im Wahlkampf wurde. Die Ermordung des US-Präsidenten im Jahre 1963 hat Lowe nie verwunden. **„Meine Jahre mit den Kennedys - Einblicke eines Fotografen“ von Jacques Lowe, Süddeutsche Zeitung Edition, 256 Seiten, 24,90 Euro, ISBN 978-3-864971389**

