



Elise Timm  
**wissenswert - Zero Waste**  
 Alles rund um ein Leben fast ohne Müll  
 64 Seiten, 17,2 x 22,5 cm, Hardcover  
 ISBN 978-3-7724-7486-6  
 € (D) 9,99 / € (A) 10,30



Kathrin Dücker  
**wissenswert - Smart Fasten**  
 Alles rund um den bewussten Nahrungs-  
 verzicht  
 64 Seiten, 17,2 x 22,5 cm, Hardcover  
 ISBN 978-3-7724-7484-2  
 € (D) 9,99 / € (A) 10,30



Ilga Pohlmann  
**wissenswert - Zuckerfrei**  
 Alles rund um ein fast zuckerfreies Leben  
 64 Seiten, 17,2 x 22,5 cm, Hardcover  
 ISBN 978-3-7724-7487-3  
 € (D) 9,99 / € (A) 10,30



Susanne Pypke  
**wissenswert - Me-Time**  
 Alles rund um ein glückliches Selbst  
 64 Seiten, 17,2 x 22,5 cm, Hardcover  
 ISBN 978-3-7724-7485-9  
 € (D) 9,99 / € (A) 10,30



Sylvia Frank  
**Das Haushalts-1x1.**  
 Expertenwissen kompakt Mehr als  
 450 Tipps der TV-Expertin Silvia Frank  
 272 Seiten, 16,2 x 21 cm, Softcover  
 ISBN 978-3-7724-7788-1  
 € (D) 14,99 / € (A) 15,50



Sabine Haag  
**Mein Haushalt - natürlich sauber**  
 Reines Zuhause, reines Gewissen  
 112 Seiten, 16,5 x 21,5 cm, Hardcover  
 ISBN 978-3-7724-7806-2  
 € (D) 14,99 / € (A) 15,50



Sabine Haag  
**Checklisten für alle Lebenslagen**  
 Alle Checklisten zum Heraustrennen und als  
 Download  
 144 Seiten, 20,3 x 24,5 cm, Softcover,  
 Verdeckte Spiralbindung  
 ISBN 978-3-7724-7804-8  
 € (D) 14,99 / € (A) 15,50



Esther Lübke, Michael Dreeschmann  
**Die Aufräumprofis**  
 Individuelle Wege zu einem  
 aufgeräumten, glücklichen Leben  
 192 Seiten, 21,9 x 23 cm, Softcover  
 ISBN 978-3-7724-7807-9  
 € (D) 17,99 / € (A) 18,50



Claudia Windfelder  
**Chaospause für Zuhause**  
 Ausmisten - Ordnung halten - glücklich sein!  
 144 Seiten, 19,5 x 25 cm, Hardcover  
 ISBN 978-3-7724-7166-7  
 € (D) 16,00 / € (A) 16,50



### Command Center

Haushalt und Familie auf einen Blick mit Pinnwand, Kalender, Menüplan und Co.

96 Seiten, 21,9 x 23 cm, Softcover, mit Sticker und 10 Lesezeichen zum Ausklappen

ISBN 978-3-7724-7803-1

€ (D) 14,99 / € (A) 15,50



Sabine Haag

### DIY-Ideen, die Ordnung schaffen

Tolle Bastelprojekte rund ums Aufräumen, Verstauen, Sortieren und Ordnen

112 Seiten, 19,5 x 25 cm, Hardcover

ISBN 978-3-7724-7818-5

€ (D) 15,99 / € (A) 16,50



Svenja Preuster

### Projekt Plastikfrei

Dein Zero-Waste-Neustart: Zimmer für Zimmer in 6 Wochen

112 Seiten, 19,5 x 25 cm, Hardcover

ISBN 978-3-7724-4950-5

€ (D) 17,00 / € (A) 17,50

Auslieferung 16. Januar



Auslieferung 16. Januar

Ina Volkmer, Anne-Kristin Kastens

### Every Day For Future - Bucket List für ein nachhaltiges Leben

100 Challenges, um gemeinsam die Welt besser zu machen - auswählen, umsetzen, abhaken!

208 Seiten, 14,8 x 21 cm, Softcover

ISBN 978-3-7724-7164-3

€ (D) 13,00 / € (A) 13,40



Auslieferung 16. Januar

Anne Iburg

### Ist das noch gut oder kann das weg?

Essbarkeit und Verderb von Lebensmitteln schnell und einfach bestimmen

144 Seiten, 16 x 21 cm, Softcover

ISBN 978-3-7724-7191-9

€ (D) 15,00 / € (A) 15,50



Auslieferung 13. Februar

Claudia Rometsch

### Lass dich nicht verarschen!

Verbraucherfallen, Mogelpackungen und Täuschung im Supermarkt

144 Seiten, 16,9 x 22 cm, Softcover

ISBN 978-3-7724-7157-5

€ (D) 15,00 / € (A) 15,50



Ma Vie

### Mein Jahr mit Ma Vie

52 Wochen Inspiration, Zufriedenheit und Glück. Immerwährender Kalender.

160 Seiten, 16,5 x 21,5 cm, Hardcover

ISBN 978-3-7724-4906-2

€ (D) 14,00 / € (A) 14,40



Britta Morbitzer

### Weg damit!

Endlich Zeit statt Zeug – das Minimalismus-Journal. Dein Daily Diary – In 66 Tagen zum neuen Ich

96 Seiten, 16,9 x 22 cm, Softcover

ISBN 978-3-7724-4922-2

€ (D) 10,00 / € (A) 10,30



Karoline Mohren

### Ich bin dann mal analog!

Einfach abschalten – das Digital-Detox-Journal. Dein Daily Diary – In 66 Tagen zum neuen Ich

96 Seiten, 16,9 x 22 cm, Softcover

ISBN 978-3-7724-4921-5

€ (D) 10,00 / € (A) 10,30



**Danke, liebes Leben. 10 Jahre Dankbarkeit**

Das 10-Jahre-Tagebuch - jeden Tag notieren, wofür du dankbar bist. Das Gratitude Journal

400 Seiten, 15,3 x 21,5 cm, Hardcover

ISBN 978-3-7724-4935-2

€ (D) 14,99 / € (A) 15,50



Annette Gerstenkorn

**Happy days. 365 Ideen, die glücklich machen**

Eine Portion Lebensfreude und Kreativität für jeden Tag. Das kreative Aktiv-Buch

256 Seiten, 16,5 x 21,5 cm, Hardcover

ISBN 978-3-7724-4934-5

€ (D) 17,99 / € (A) 18,50

Auslieferung 16. Januar



Moorea Seal

**Mein 52-Listen-Projekt für mehr Gelassenheit und Lebensfreude**

144 Seiten, 14,5 x 22,1 cm, Hardcover, Folienprägung, Leseband

ISBN 978-3-7724-7447-7

€ (D) 12,95 / € (A) 13,40



Moorea Seal

**52 Listen für mehr Glück und innere Balance**

160 Seiten, 14,5 x 22,1 cm, Hardcover, Folienprägung, Leseband

ISBN 978-3-7724-7470-5

€ (D) 12,95 / € (A) 13,40



Nina Eckers

**Tschakka! Das wird mein Jahr! 52 gute Vorsätze mit Fräulein Freude**

Kein Zucker, Ausmisten, Gutes tun, Optimismus, Digital Detox u.v.a.m. 52 Klapp-Karten zum Herausrennen, Aufstellen und Dranbleiben

112 Seiten, 22 x 22 cm, Softcover

ISBN 978-3-7724-5333-5

€ (D) 12,00 / € (A) 12,40



Anne Broszies

**Vorsatz Tracker. Meine Ziele - Meine Vorsätze - Meine Erfolge**

Das Journal für alle Lebenslagen zum Selbstauffüllen. Leben, Ordnung, Gesundheit, Fitness, Glück, Erfolg, Achtsamkeit u.v.m. Mit Download-Vorlagen zum Fortführen der Tracker und für eigene Vorsätze

128 Seiten, 15 x 21 cm, Softcover

ISBN 978-3-7724-5336-6

€ (D) 9,99 / € (A) 10,30



Michelle Tiemann

**Mein Mood Journal selbstgemacht**

Das Diary für die kreative Selbsterfahrung

96 Seiten, 21,9 x 23 cm, Softcover

ISBN 978-3-7724-4911-6

€ (D) 16,00 / € (A) 16,50



Michelle Tiemann

**Mood Tracker Journal**

Mein Gefühlstagebuch

208 Seiten, 15 x 21 cm, Softcover, 16-seitiges Booklet (mit Anleitung) und Schablone in hinterer Klappe

ISBN 978-3-7724-4914-7

€ (D) 14,00 / € (A) 14,40



Susanne Wicke

**Verteile das Glück**

Abreißzettel, die Freude schenken. Mit Erinnerungsdich Memokärtchen

64 Seiten, 21,2 x 28 cm, Softcover

ISBN 978-3-7724-4902-4

€ (D) 10,00 / € (A) 10,30





Rissa L. Wilhelmi

### Random Acts of Kindness

Kleine Gesten der Freundlichkeit. Mit ErinnerDich: Blumensamen für ein Lächeln im Alltag

96 Seiten, 13,7 x 21,5 cm, Softcover

ISBN 978-3-7724-4913-0

€ (D) 10,00 / € (A) 10,30



### Meine achtsame Auszeit

Das Kreativbuch für entspannte Urlaubstage.

Ausmalen, Rätseln, Lettern, Meditieren, Achtsamkeit üben, Mood Tracking

144 Seiten, 20,3 x 24,5 cm, Softcover, Spiralbindung

ISBN 978-3-7724-4916-1

€ (D) 12,00 / € (A) 12,40



Sinah Birkner

### Täglich kreativ

Kreativtechniken für Kreative und alle, die es werden wollen. Inkl. Blanko-Booklet für eigene Ideen. Mit Sinah Birkner von „kreativgefühl“

128 Seiten, 19,5 x 25 cm, Hardcover

ISBN 978-3-7724-5087-7

€ (D) 16,99 / € (A) 17,50€



### Falte und entfalte dich: Origami und die Kunst der Achtsamkeit

Extra für dich: edles Origamipapier mit wunderschönen Motiven

96 Seiten, 20,5 x 26,5 cm, Hardcover

ISBN 978-3-7724-4918-5

€ (D) 16,00 / € (A) 16,50



Betsan Corkhill

### Mit Stricken gesund und glücklich werden

Der Weg zu mehr Glück, Wellness und Gesundheit

192 Seiten, 19,5 x 25,0 cm, Hardcover

ISBN 978-3-7724-6438-6

€ (D) 16,99 / € (A) 17,50



Mia Reutter

### Schreib mal wieder mit der Hand

Wie Sie Ihre Handschrift neu entdecken, verbessern und dabei Ihre Persönlichkeit entwickeln können. Mit ErinnerDich Smartphone-Wallpaper für eine analoge Auszeit

160 Seiten, 16,5 x 21,5 cm, Hardcover

ISBN 978-3-7724-4912-3

€ (D) 14,00 / € (A) 14,40



### The Big Book of Challenges

Entdecke dich neu mit 100 Challenges. Mit ErinnerDich Tracker-Poster und Motivationskarten

272 Seiten, 16,2 x 21 cm, Softcover

ISBN 978-3-7724-4909-3

€ (D) 16,00 / € (A) 16,50



Laura Archer

### Lunch Break

52 Dinge, die du in deiner Mittagspause tun kannst. Garantiert 30 Urlaubstage mehr!

144 Seiten, 12,6 x 16,1 cm, Hardcover

ISBN 978-3-7724-7477-4

€ (D) 12,95 / € (A) 13,40€



Mel Robbins

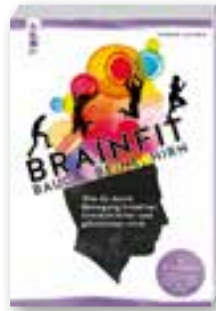
### Die 5 Sekunden-Regel

Wenn du bis 5 zählen kannst, kannst du auch dein Leben verändern. Mit ErinnerDich Armband

256 Seiten, 14 x 22 cm, Hardcover, Folienprägung

ISBN 978-3-7724-4907-9

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50



Anders Hansen

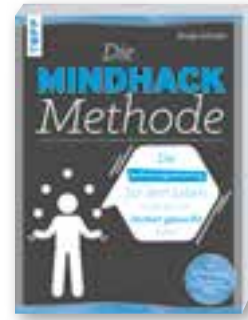
### Brainfit - Bauch, Beine, Hirn

Wie du durch Bewegung kreativer, konzentrierter und glücklicher wirst Mit ErinnerDich Brainfit-Kalender zum Download

256 Seiten, 14,7 x 21 cm, Softcover

ISBN 978-3-7724-7465-1

€ (D) 17,00 / € (A) 17,50



Ronja Schultz

### Die Mind-Hack-Methode

Die Bedienungsanleitung für dein Leben (nach der du immer gesucht hast) Mit ErinnerDich Brainfit-Kalender zum Download

240 Seiten, 16,2 x 21 cm, Softcover

ISBN 978-3-7724-4901-7

€ (D) 15,00 / € (A) 15,50



S. J. Scott, Barrie Davenport

### Räum dich auf!

Gedanken, Verpflichtungen, Beziehungen, Umgebung. Mit ErinnerDich Memo-Kärtchen

160 Seiten, 13,7 x 21,5 cm, Softcover

ISBN 978-3-7724-4903-1

€ (D) 12,00 / € (A) 12,40



Jaqueline Lewis

### Das Leben beginnt außerhalb deiner Komfortzone

Ein Journal zum Aufwachen. Auftanken. Aufleben Mit ErinnerDich Smartphone-Wallpaper.

160 Seiten, 12,8 x 20,5 cm, Hardcover

ISBN 978-3-7724-4905-5

€ (D) 14,00 / € (A) 14,40



Morena Diaz

### Love your body und schließe Frieden mit dir selbst

Mit ErinnerDich Memokärtchen

256 Seiten, 13,7 x 21,5 cm, Softcover

ISBN 978-3-7724-4900-0

€ (D) 16,00 / € (A) 16,50



Patrick Lemoine

### Gut schlafen, besser leben

Das komplette Programm gegen Schlaflosigkeit

240 Seiten, 15 x 22,5 cm, Softcover

ISBN 978-3-7724-4919-2

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50



Lisa Druyman

### Starke Mamas

Wie du für dich selbst sorgst und mit deiner Familie glücklich und gesund lebst

224 Seiten, 16,9 x 22,9 cm Softcover

ISBN 978-3-7724-4908-6

€ (D) 16,00/ € (A) 16,50



### Kreativ-Blogger Planer 2020

Starke, kreative Frauen und ihre Lieblingsprojekte.

128 Seiten, 14,5 x 22,1 cm, Hardcover

ISBN 978-3-7724-7162-9

€ (D) 12,99 / € (A) 13,40



Auslieferung 13. August

Redaktion ARD Buffet

### Mein Jahr 2021 mit dem ARD Buffet

lecker - nützlich - kreativ

160 Seiten, 14,5 x 19,5 cm, Hardcover

ISBN 978-3-9819819-4-0

€ (D) 12,00 / € (A) 12,40



Auslieferung 11. Juni

### Mein kreatives Jahr 2021. Termine, Tipps & Inspirationen

160 Seiten, 14,5 x 19,5 cm, Hardcover

ISBN 978-3-7724-4971-0

€ (D) 12,00 / € (A) 12,40



### Die Kunst des Zeichnens: Mein Jahr

52 Wochen zum Zeichnen & Planen

128 Seiten, 14,5 x 19,5 cm, Hardcover, Lesebändchen

ISBN 978-3-7724-8279-3

€ (D) 12,00 / € (A) 12,40



### Colorful World: Mein Jahr

52 Wochen zum Ausmalen und Planen

128 Seiten, 14,5 x 19,5 cm, Hardcover

€ (D) 9,99 / € (A) 10,30

ISBN 978-3-7724-8394-3



Auslieferung: 11.06.

### Frederike Matthäus Nähen – Mein Jahr

Mein Hobby – Mein Jahr.

Mit immerwährendem Kalendarium

Der Planer für alle Näherds.

Mit Listen für To-dos, Ideen, Maße und mehr.

Viele Projektplanungsseiten.

224 Seiten, 14,8 x 21 cm, Softcover

€ (D) 12,99 / € (A) 13,40

ISBN 978-3-7724-4813-3

Auslieferung: 11.06.