

NEUE BÜCHER UND BESTSELLER 2020

NATURKOSMETIK

ERNÄHRUNG

MARIA TREBEN

GESUNDHEIT

Ernstthaler

- ▶ **Pflegeprodukte DIY – einfach selbst hergestellt**
- ▶ **Kosmetik ohne Chemie, Tierversuche und Plastik**
- ▶ **Workshops & Bloggertätigkeit in Kooperation mit »SONNENTOR«**



Foto: © Felber Spulak Photo

VALERIE JAROLIM, BSC

Geboren 1986, lebt in Weyer, Oberösterreich. Studium der Agrarwissenschaft an der Universität für Bodenkultur in Wien, diplomierte Kräuterpädagogin, Bloggerin. Seit der Kindheit sind Pflanzen ihre Begleiter, Nachhaltigkeit und Umweltbewusstsein ihr Credo. Bietet Kräuterwanderungen, Naturkosmetik-Workshops und Online-Kurse an. Zusammenarbeit mit »SONNENTOR« und »Bergwelten«. Zu ihren Hobbys zählen Bergsteigen, Gartenarbeit, Kochen, Malen und Fotografieren.

www.blattunddorn.at

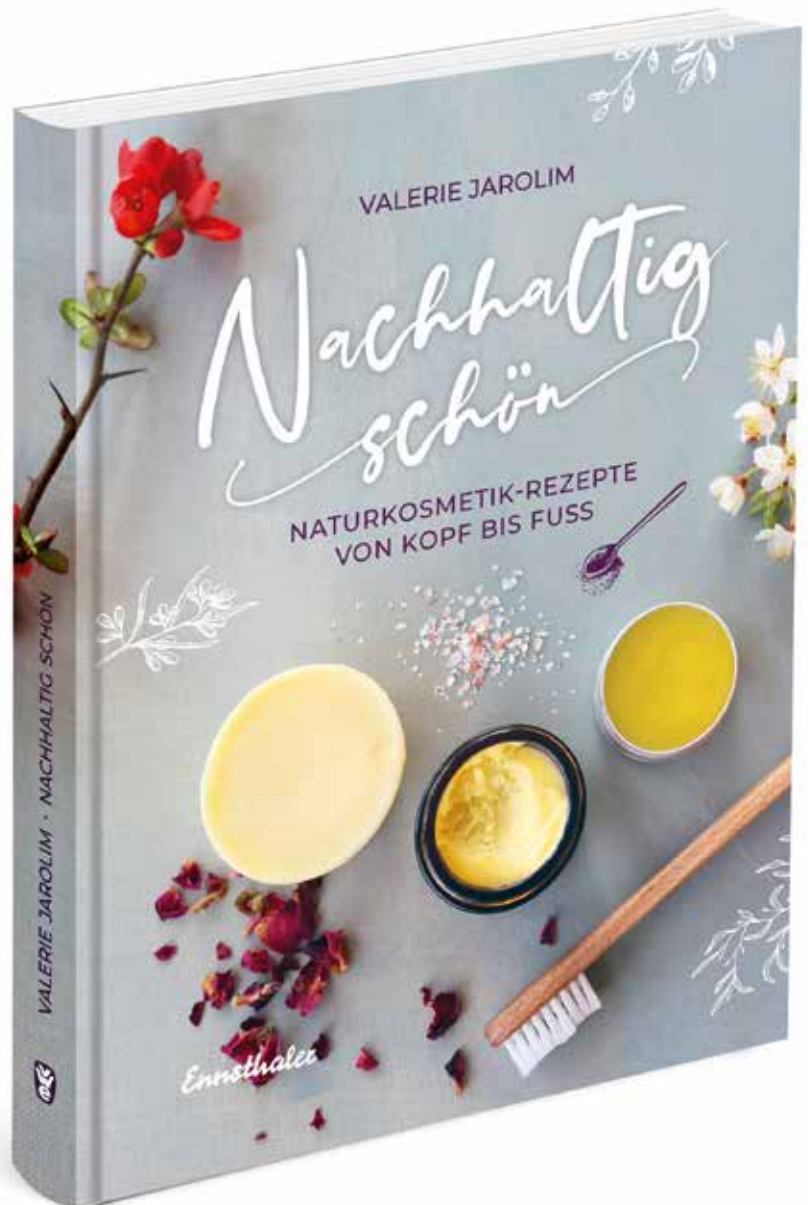


9 783709 501054

Nachhaltig schön
Naturkosmetik-Rezepte
von Kopf bis Fuß

136 Seiten, zahlreiche Farbfotos
Euro [A/D] 22,00
Hardcover, Format: 17 x 23 cm
ISBN 978-3-7095-0105-4

Erscheinungstermin: 13.7.2020



Immer mehr Menschen wollen wissen, welche Zutaten ein Produkt enthält, auch beim Thema Kosmetik. Mit bewährten Rezepten und Schritt-für-Schritt-Anleitungen zeigt Diplomkräuterpädagogin Valerie Jarolim, wie einfach selbst gemachte Naturkosmetik sein kann. Man weiß genau, was drinnen steckt. Natürliche Pflege von Kopf bis Fuß – von Alltagsprodukten wie Zahnpasta, Haarshampoo, Seife, Deo, Lippenbalsam oder Gesichtscrème bis hin zu verwöhnenden Essenzen (z. B. Rosenkörperöl, Badepralinen und Bodypeelings). Die Autorin interpretiert altes Kräuterwissen und alles rund um DIY neu. Neben ihren Lieblingsrezepten stellt sie die begehrtesten Mixturen aus ihren Workshops vor und geht auf häufig gestellte Fragen ein. Sie erklärt die Inhaltsstoffe, wo man Rohstoffe beziehen kann und worauf dabei zu achten ist.

Ihr Hauptaugenmerk liegt auf Nachhaltigkeit – darauf, was gut für uns und für die Umwelt ist. Durch selbst gemachte Naturkosmetik können Unmengen an Plastik und Verpackungsmüll eingespart werden. Dieses DIY-Buch ist zugleich ein Plädoyer für ein umweltbewusstes, nachhaltiges Leben, nicht nur im Badezimmer.

- ▶ **Typgerecht essen, ausgeglichen leben**
- ▶ **Mit der TEM gesund und genussvoll kochen**
- ▶ **Fachwissen, ergänzt durch Tipps und 100 Kochrezepte**



Foto: © Privat

MICHAELA HAUPTMANN

Geboren im März 1972, lebt in der Nähe von Wien. War als Technikerin im Fensterbau tätig. Ist diplomierte Vital- und Ernährungstrainerin, Ernährungsexpertin der TEM, Rezeptentwicklerin und Vorstandsmitglied der Wiener Kneipp-Aktiv-Clubs. Kochen ist ihre Leidenschaft, sie leitet Kochkurse und Kochworkshops und probiert gern Neues aus. Leben, Reisen und Genuss sind ihre Schlagwörter.

www.michaelahauptmann.com



ERNÄHRUNG

Wir alle essen täglich, um Kraft und Energie zu tanken, um Freude und Genuss zu erleben. Die Ernährung nach der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM) setzt genau hier an: Die 4-Temperamente-Küche mit den Elementen Feuer, Wasser, Erde und Luft unterstützt und begleitet uns durch den Tag, das Jahr und das Leben. Die Autorin appelliert: »Wecke deine Lebensgeister mit einer für dich individuell abgestimmten Ernährung!« Sie nimmt den Leser an die Hand, beschreibt die Idee der TEM, liefert Hintergrundinformationen und erleichtert den persönlichen Zugang zur Welt der TEM. Fachliches Wissen wird ergänzt durch zahlreiche Tipps für den Alltag sowie einfache Kochrezepte, die schmecken, nähren und das eigene Temperament stärken. Ziel des Buchs ist es, das persönliche Temperament in Gleichklang zu bringen, egal ob man sanguinisch, cholertisch, melancholisch oder phlegmatisch veranlagt ist. Die passende Ernährung ist eine wesentliche Säule. »Betrachte dieses Buch als Reise. Eine Reise, um deinen Lebensstil und deine Ernährungsgewohnheiten zu hinterfragen, zu prüfen und möglicherweise anzupassen«, lädt Michaela Hauptmann ein.



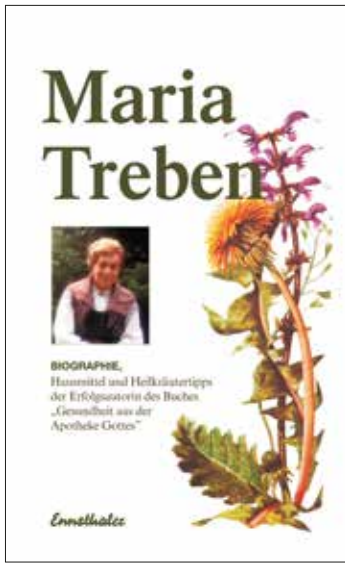
9 783709 501061

Temperamentvoll essen
Ernährung nach der Traditionellen Europäischen Medizin

376 Seiten, zahlreiche Farbfotos
Euro [A/D] 38,00
Hardcover, Format: 20 x 24,5 cm
ISBN 978-3-7095-0106-1

Erscheinungstermin: 13.7.2020

Maria Treben



Maria Treben Biographie
Hausmittel und Heilkräutertipps
der Erfolgsautorin des Buches
»Gesundheit aus der Apotheke Gottes«

184 Seiten, Broschur, 17 Seiten S/W-
Abbildungen, 6 Seiten Farbabbildungen
Format: 12 x 19,5 cm
ISBN 978-3-85068-403-3
Euro [A/D] 14,90



9 783850 684033



Aus meiner Hausapotheke
352 Seiten, Hardcover, zahlreiche
Farbabbildungen, mit Leseband
Format: 16,5 x 24,5 cm
ISBN 978-3-85068-830-7
Euro [A/D] 29,90



9 783850 6888307



Maria Trebens Heilerfolge
Format: 12 x 19,5 cm
368 Seiten, inkl. 32 Seiten
Farbbildteil, Broschur
ISBN 978-3-85068-082-0
Euro [A/D] 19,90



9 783850 6880820

E-Book: 978-3-7095-0035-4

MARIA TREBEN

Kleine Reihe »Gesund mit Maria Treben«



12 Bände mit jeweils
40 Farbillustrationen
Format: 13,5 x 21 cm
à Euro [A/D] 16,90

Allergien
ISBN 978-3-85068-813-0



9 783850 6888130

Krankheiten der Atemwege
ISBN 978-3-85068-807-9



9 783850 6888079

**Gesunde Ernährung
mit Kräutern**
ISBN 978-3-85068-814-7



9 783850 6888147

Frauenkrankheiten
ISBN 978-3-85068-804-8



9 783850 6888048

**Herz- und
Kreislaufkrankheiten**
ISBN 978-3-85068-812-3



9 783850 6888123

Männerkrankheiten
ISBN 978-3-85068-803-1



9 783850 6888031

**Magen- und
Darmkrankheiten**
ISBN 978-3-85068-810-9



9 783850 6888109

Stress im Alltag
ISBN 978-3-85068-806-2



9 783850 6888062

Wunden und Verletzungen
ISBN 978-3-85068-809-3



9 783850 6888093

Kinderkrankheiten
ISBN 978-3-85068-805-5



9 783850 6888055

**Kopfschmerzen
und Migräne**
ISBN 978-3-85068-808-6



9 783850 6888086

Probleme mit der Haut
ISBN 978-3-85068-811-6



9 783850 6888116

Originalausgabe
... über 9 Millionen
verkaufte Exemplare

Maria Treben

Gesundheit aus der Apotheke Gottes

Ratschläge und
Erfahrungen mit
Heilkräutern

Ennsthalerc



Bestseller!

Maria Treben
Gesundheit aus der Apotheke Gottes
Ratschläge und Erfahrungen
mit Heilkräutern

156 Seiten, inkl. 16 Seiten Farbbildteil,
33 Abbildungen, Format: 20 x 28 cm
Broschiert: ISBN 978-3-85068-090-5
Euro [A/D] 16,00
Gebunden: ISBN 978-3-85068-179-7
Euro [A/D] 21,90

In 27 Sprachen lieferbar:
Deutsch, Russisch, Englisch,
Französisch, Italienisch,
Niederländisch, Schwedisch, Spanisch,
Dänisch, Norwegisch, Ungarisch,
Tschechisch, Polnisch, Kroatisch,
Bulgarisch, Slowenisch, Rumänisch,
Bosnisch, Serbisch, Japanisch, Türkisch,
Portugiesisch, Slowakisch, Litauisch,
Lettisch, Estnisch und Finnisch



9 783850 680905



9 783850 681797

E-Book: 978-3-7095-0022-4



MARIA TREBEN

Maria Treben Meine Heilpflanzen

Mit einem Vorwort von Dr. Wolf-Dieter Storl



Meine Heilpflanzen

Mit einem Vorwort von Dr. Wolf-Dieter Storl
288 Seiten, Hardcover, zahlreiche
Farbabbildungen, mit 2 CDs
Format: 17 x 24,5 cm
ISBN 978-3-85068-780-5
Euro [A/D] 29,90



9 783850 687805

Maria Treben Heilkräuter aus dem Garten Gottes

Guter Rat aus meiner Kräuterbibel
für Gesundheit und Wohlbefinden



Ennsthalerc

Maria Treben:
Die „Apothekerin Gottes“



Heilkräuter aus dem Garten Gottes

240 Seiten, Format: 21 x 28,5 cm
35 Farbabbildungen, broschiert
ISBN 978-3-85068-750-8
Euro [A/D] 19,00

Lieferbar in: Deutsch, Italienisch,
Französisch, Polnisch, Russisch,
Lettisch, Litauisch, Tschechisch,
Slowakisch, Ungarisch, Rumänisch,
Bulgarisch



9 783850 687508

TOPSELLER GESUNDHEIT VON BERT EHGARTNER



Foto: © Gert Lanser

Geboren 1962, studierte Publizistik in Wien, beobachtet seit über 20 Jahren als Wissenschaftsjournalist, Autor und Dokumentarfilmer kritisch die Vorgänge im Bereich der Medizin und Pharmaindustrie. Neben Printbeiträgen verfasste er zahlreiche Sachbücher zu Gesundheitsthemen. Sein Dokumentarfilm »Die Akte Aluminium« wurde mit dem Hoimar-von-Ditfurth-Preis ausgezeichnet. Bert Ehgartner ist Vater von fünf Kindern und lebt mit seiner Familie im Wienerwald. www.bertehgartner.com



9 783850 689533

Gute Impfung – Schlechte Impfung

Der umfassende
Ratgeber

416 Seiten, Hardcover,
Euro [A/D] 24,90
ISBN 978-3-85068-953-3
E-Book: 978-3-7095-0091-0



E-Book: 978-3-7095-0014-9

**Dirty little secret –
Die Akte Aluminium**
328 Seiten, Hardcover
Euro [A/D] 24,90
ISBN 978-3-85068-894-9



9 783850 688949



E-Book: 978-3-7095-0038-5

Gesund ohne Aluminium
288 Seiten, Klappenbroschur
Euro [A/D] 19,90
ISBN 978-3-85068-924-3



9 783850 689243



E-Book: 978-3-7095-0047-7

Die Hygiene Falle
252 Seiten, Klappenbroschur
Euro [A/D] 19,90
ISBN 978-3-85068-946-5



9 783850 689465



E-Book: 978-3-7095-0079-8

Der Methusalem-Code
372 Seiten, Hardcover
Euro [A/D] 22,90
ISBN 978-3-85068-978-6



9 783850 689786

TOPSELLER GESUNDHEIT



- ▶ Ein Klassiker unter den Ratgebern über die TCM
- ▶ Sehr persönlich, fundiert und humorvoll zugleich verfasst
- ▶ Chinesisches Medizinwissen für eine gesunde Lebensführung

9. Auflage!



Die Heilung der Mitte
Die Kraft der Traditionellen Chinesischen Medizin

432 Seiten, Hardcover
Euro [A/D] 24,90
ISBN 978-3-85068-864-2
E-Book: 978-3-7095-0032-3

GESUNDHEIT



E-Book: 978-3-7095-0103-0

Endlich Schluss mit Schmerzen
176 Seiten, Hardcover
Euro [A/D] 22,90
ISBN 978-3-85068-999-1



E-Book: 978-3-7095-0097-2

Das Hungertier in Dir
224 Seiten, Hardcover
Euro [A/D] 21,90
ISBN 978-3-85068-990-8



E-Book: 978-3-7095-0003-3

Die erstaunliche Wirkung von Magnesium
112 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 12,90
ISBN 978-3-85068-324-1



E-Book: 978-3-7095-0080-4

Reizdarm
164 Seiten, Hardcover
Euro [A/D] 18,90
ISBN 978-3-85068-980-9



TOPSELLER LEBENSHILFE

- ▶ **Tiefgründiger Ratgeber für ein mutiges Leben**
- ▶ **In fünf Schritten zum mutigen Handeln**
- ▶ **Zahlreiche Übungen und Fallbeispiele**



Mut ist ein Wildpferd, das du reiten kannst

In fünf Schritten zum mutigen Handeln

204 Seiten
Euro [A/D] 21,90
Broschur, Format: 13,5 x 21 cm
ISBN 978-3-7095-0111-5
E-Book: 978-3-7095-0113-9



E-Book: 978-3-7095-0107-8

Selbst. Wert. Gefühl
264 Seiten, Hardcover
Euro [A/D] 21,90
ISBN 978-3-7095-0099-6



E-Book: 978-3-7095-0067-5

Frau, stell dich auf die Füße!
192 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 17,90
ISBN 978-3-85068-865-9



E-Book: 978-3-7095-0096-5

Lieben oder leiden
276 Seiten, Hardcover
Euro [A/D] 22,90
ISBN 978-3-85068-996-0



Der Bestseller aus Frankreich!
»Prix Psychologies-Fnac du meilleur essai«

NATUR & ERNÄHRUNG

- ▶ Vertikal gärtnern rund ums Jahr, Selbstversorger werden
- ▶ Biogemüseanbau auf Balkon und Terrasse
- ▶ Autor entwickelt selbst vertikale Anbausysteme



Hände in die Erde!
Vertical Gardening
Für grüne, essbare Städte
der Zukunft

240 Seiten
Euro (A/D) 26,90
Hardcover, durchgehend
farbig bebildert, Format: 15,5 x 23 cm
ISBN 978-3-85068-993-9
E-Book: 978-3-7095-0101-6



NATUR & ERNÄHRUNG



Kochen mit Löwenzahn
92 Seiten, Hardcover
Euro [A/D] 19,90
ISBN 978-3-85068-998-4



E-Book: 978-3-7095-0104-7



Bibel-Kochbuch
168 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 16,90
ISBN 978-3-85068-316-6



**Natürlich leben
ohne Chemie**
148 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 16,90
ISBN 978-3-85068-975-5



E-Book: 978-3-7095-0083-5



Wanga – Das Phänomen
228 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 16,90
ISBN 978-3-85068-618-1



Die Kraft der geistigen Heilung
120 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 14,90
ISBN 978-3-85068-976-2



Scheitern, na und?
184 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 14,90
ISBN 978-3-85068-962-5



Folge dem Ruf deiner Seele
236 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 17,90
ISBN 978-3-85068-981-6



Spirituelles Handauflegen
272 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 16,90
ISBN 978-3-85068-498-9



Schlüssel zum Glücklich-Sein
112 Seiten, Hardcover
Euro [A/D] 14,90
ISBN 978-3-85068-768-3



Keltisches Totenbuch
208 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 18,90
ISBN 978-3-85068-997-7



Sieben Weisheiten, die dein Leben verändern
176 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 16,90
ISBN 978-3-85068-941-0



Trigeminus-Neuralgie
176 Seiten, Hardcover
Euro [A/D] 18,90
ISBN 978-3-85068-977-9



Die tägliche Heilung
140 Seiten, Klappenbroschur
Euro [A/D] 17,90
ISBN 978-3-85068-928-1

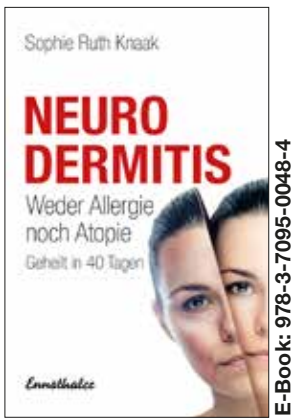


Echt fett
312 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 19,90
ISBN 978-3-85068-918-2



Bauch ohne
128 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 14,90
ISBN 978-3-85068-992-2





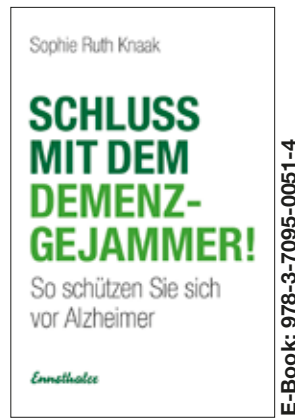
E-Book: 978-3-7095-0048-4

Neurodermitis
204 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 19,90
ISBN 978-3-85068-518-4



E-Book: 978-3-7095-0049-1

Erbarmen mit den Männern
160 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 14,90
ISBN 978-3-85068-543-6



E-Book: 978-3-7095-0051-4

Schluss mit dem Demenz-Gejammer!
136 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 12,90
ISBN 978-3-85068-951-9



E-Book: 978-3-7095-0050-7

Der kreisrunde Haarausfall
180 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 16,90
ISBN 978-3-85068-789-8



E-Book: 978-3-7095-0088-0

Ernährung bei Arthrose, Allergien und Diabetes
172 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 18,90
ISBN 978-3-85068-982-3



E-Book: 978-3-7095-0002-6

Kampf der Arthrose
96 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 11,90
ISBN 978-3-85068-139-1



E-Book: 978-3-7095-0070-5

Osteoporose besiegen
104 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 11,90
ISBN 978-3-85068-961-8



E-Book: 978-3-7095-0082-8

Fit & gesund mit Kollagen
80 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 11,90
ISBN 978-3-85068-979-3



E-Book: 978-3-7095-0094-1

Danke Diabetes
164 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 17,90
ISBN 978-3-85068-994-6



E-Book: 978-3-7095-0086-6

Mein Kräuterschatz
144 Seiten, Broschur
durchgehend bebildert
Euro [A/D] 18,90
ISBN 978-3-85068-840-6



E-Book: 978-3-7095-0087-3

Ich steh' auf unsere Heilkräuter!
152 Seiten, Broschur
durchgehend bebildert
Euro [A/D] 14,90
ISBN 978-3-85068-914-4



Heilung von Bauchspeicheldrüse, Leber und Milz
176 Seiten, Broschur
Euro [A/D] 17,90
ISBN 978-3-85068-851-2



GESUNDHEIT

BACKLIST



Kontakt

Ennsthaler Verlag

Ennsthaler Gesellschaft m.b.H. & Co KG
Stadtplatz 26, A-4400 Steyr
Telefon: +43 (0)7252 52053-0
Telefax: +43 (0)7252 52053-55
E-Mail: buero@ennsthaler.at
www.ennsthaler.at

Presse

Mag. Ingrid Führer | Büchercoach Austria
Leitenstraße 2, A-4810 Gmunden
Mobil: +43 (0)676 8142 9897
E-Mail: office@buechercoach.at
www.buechercoach.at

Auslieferungen

Österreich

Medienlogistik Pichler-ÖBZ GmbH & Co KG
IZ-NÖ. Süd, Straße 1, Objekt 34
A-2355 Wr. Neudorf
Telefon: +43 (0)2236 635 35-290
Telefax: +43 (0)2236 635 35-243
E-Mail: mlo@medien-logistik.at

Deutschland

SüdOst Service GmbH
Am Steinfeld 4, 94065 Waldkirchen
Telefon: +49 (0)8581 9605-0
Telefax: +49 (0)8581 754
E-Mail: info@suedost-service.de

Schweiz

Buchzentrum AG
Industriestraße Ost 10, 4614 Hägendorf
Telefon: +41 (0)62 2092626
Telefax: +41 (0)62 2092627
E-Mail: kundendienst@buchzentrum.ch

Vertretungen

Österreich

Salzburg, Tirol, Vorarlberg, Steiermark, Kärnten, Burgenland

Ing. Christian Hirtzy
Steinbergstraße 1
8076 Vasoldsberg
Telefon: +43 (0)664 424 59 05
E-Mail: christian.hirtzy@aon.at

Oberösterreich, Niederösterreich,

Wien, Burgenland, Südtirol

Alfred Trux
Weyerstraße 15
4810 Gmunden
Telefon: +43 (0)699 116 520 89
E-Mail: trux@kabeltvgmunden.at

Deutschland

Berlin / Brandenburg Mecklenburg-Vorpommern

Erik Gloßmann
Kaulsdorfer Straße 11
15366 Hoppegarten (OT Hönöw)
Telefon: +49 (0)30 99286700
Telefax: +49 (0)30 99286701
E-Mail: erik.glossmann@t-online.de

Vertrieb für **ZWEI**

Bremen / Hamburg / Hessen Niedersachsen / Nordrhein-Westfalen

Rheinland-Pfalz / Saarland

Schleswig-Holstein

Simon Lissner
Bachstr. 6
65594 Runkel (OT Dehrn)
Mobil: +49 (0)160 7768236
Telefax: +49 (0)6431 9770799
E-Mail: simon.lissner@vertrieb fuerzwei.de

Baden-Württemberg / Bayern / Sachsen Sachsen-Anhalt / Thüringen

Till Hohlfeld
Henriettenstr. 24
09112 Chemnitz
Mobil: +49 (0)160 7768237
Telefax: +49 (0)371 3557534
E-Mail: till.hohlfeld@vertrieb fuerzwei.de

Vertriebsbüro SüdOst Service GmbH

Am Steinfeld 4, 94065 Waldkirchen
Telefon: +49 (0)8581 9605-0
Telefax: +49 (0)8581 754
E-Mail: info@suedost-service.de

Schweiz

Kundenbetreuung/Vertrieb/Marketing
DESSAUER
Räffelstraße 32
8045 Zürich
Telefon: +41 (0)44 466 96 96
Telefax: +41 (0)44 466 96 69
E-Mail: dessauer@dessauer.ch

Außendienst

Claudia Gyr
E-Mail: claudia.gyr@dessauer.ch