

Lekker lang lezen!

29 september 2011 | Rubriek

Lezen is niet alleen leuk, maar ook nog eens goed voor uw conditie, concentratie en werkt stressverlagend. Daarom tien inspirerende ideeën voor jong en oud, van knutsel- en interieurboeken tot romans om heerlijk bij weg te dromen.

Knutselplezier

Niets leuker dan een regenachtige middag knutselend doorbrengen, maar wat kunnen uw kinderen nu precies doen met karton, kurken of pak 'm beet ijscostokjes? Het boek *Kosteloos Knutselen* laat zien hoe u met een paar simpele basistechnieken en – materialen de mooiste werkstukken maakt. Tover bijvoorbeeld eens een lapje stof om tot een vrolijke vis of bouw van sprokkelhout een griezelig monster! *Kosteloos knutselen*, Eva Hauck en Claudia Huboi, Uitgeverij Tirion, € 24,95.

Weg met werkstress!

In maar negen minuten relaxt en ontspannen worden op uw werk. Onmogelijk? De oefeningen in Yoga Business zijn geschikt voor iedereen die weinig tijd heeft, maar toch op zoek is naar mentale rust in de werksituatie. Door de bewegingen consequent in te plannen in uw werkdag, voorkomt u dat uw batterij leegloopt en zorgt u ervoor dat u gelukkig en gezond blijft. *Business Yoga*, Mirelle van den Anker, Uitgeverij Terra, € 15.

Van de taartenfee

Griezelige halloweencupcakes, prinsessenkoekjes of een super-de-luxe bruidstaart. *De Taartenfee* bevat allerlei schitterende ideeën om uw gebak op originele wijze te versieren. Snoep smakelijk! *De Taartenfee*, Uitgeverij Lannoo, € 19,95.

Realistische kijk op voedselallergie

Ivanka Eggly interviewde voor haar boek *Kinderen en voedselallergie* twintig ouders die een kind hebben met één of meerdere voedselallergieën of glutenintolerantie. Zij vertellen openhartig over de problemen, maar ook over de praktische invulling en oplossingen die zij hebben gevonden. Hoe doe je dat bij vriendjes thuis, met traktaties, op vakantie? Aangrijpend, maar ook positief en hoopgevend. *Kinderen en voedselallergie*, Uitgeverij Spectrum, € 14,99.

Stijlvol logeren (voor een prikkie)

Op stand slapen in een charmant hotelletje of mooie B&B hoeft echt niet duur te zijn, zo bewijst *100 x stijlvol logeren in Nederland onder € 75*. In deze gids vindt u honderd bijzondere hotels en B&B's die per nacht voor twee personen minder dan € 75 kosten. Leuk extraatje: het boek bevat allerhande tips voor leuke uitstapjes in de buurt en prachtige sfeerfoto's om alvast lekker in de stemming te komen voor een heerlijk weekendje weg. *100 x stijlvol logeren*, Pim Verver en Marja Kerst, Uitgeverij Terra, € 15,95.

Wolf vs. kat

Een avontuur over Wolf die vreselijk bang is voor Kat, maar zij laat hem maar niet met rust en dringt zelfs zijn huis binnen! Gelukkig krijgt Wolf hulp van zijn vindingrijke neef Hond en een troep ijverige muizen. Slagen ze er samen in om Kat weg te jagen? Ontdek het samen met uw kleintje zelf in het rijk geïllustreerde boek *Wolf, Hond en Kat* van de veelbekroonde kinderboekenschrijfster Sylvia Vanden Heede. Geschikt voor de allereerste lezers! *Wolf, hond en kat*, Sylvia vanden Heede, Uitgeverij Lannoo, € 12,95.

Nieuwe Lulu Wang

Na *Het Lelietheater* is er eindelijk weer een nieuwe roman van Lulu Wang: *Wilde Rozen*, volgens Lulu haar meest persoonlijke roman tot nu toe. "Wilde rozen gaat over dezelfde periode als *Het Lelietheater*, maar dan gezien door een rijpere bril. Toen ik mijn debuut schreef, was ik kwaad en verdrietig. Nu kijk ik genuanceerder en met meer ervaring. Ik zie een logica in de dingen, begrijp beter waarom ze gebeurd zijn. Het is nooit makkelijk om je visie bij te stellen, omdat je dan zekerheden in vraag moet stellen en toegeven dat je soms fout zat. Maar het is een voorwaarde om te kunnen evolueren, als auteur en als mens. Ik nam dus de tijd om dit boek te maken, want ik wil hiermee mijn lezers ook aanzetten om de dingen anders te aanschouwen." Ontroerend en ontwapenend. *Wilde Rozen*, Uitgeverij De Boekerij, € 19,95.

Sleutel tot geluk

Meer balans in zijn leven, wie wenst dat niet? Donald Altman legt in het toegankelijke zelfhulpboek *De Mindfulness Code* uit dat er vier sleutels zijn voor het vinden van mindfulness en daarmee geluk: het lichaam, de geest, de ziel en relaties. De schrijver gebruikt de moderne kennis van het menselijk brein om te laten zien hoe u elk van deze vier sleutels kunt omdraaien. Het resultaat: meer geluk en meer balans. *Mindfulness voor een gelukkiger leven*, Donald Altman, Uitgeverij BBNC, € 17,95.

Zijn vrouwen leuker dan mannen?

Ja, zegt Joyce Roodnat in haar sprankelende boek vol mooie verhalen en vileine observaties. Aan de hand van vijftien 'sterke aanwijzingen' bewijst ze dat vrouwen écht leuker zijn. Ze liet zich hierbij inspireren door filmsterren, popheldinnen, kunstenaars en muzes. Van Madonna tot Barbie, Lady Gaga en Anna Karenina. Lekker leesvoer voor mannen en vrouwen! *Vrouwen zijn leuker*, Joyce Roodnat, Uitgeverij Contact, € 19,95.

Spannend en meeslepend

Diedre McAllisters moeder ligt op sterven. Vlak voordat ze het leven laat, geeft ze haar dochter een oude foto. 'Vind jezelf', zegt ze. 'Vind je waarheid. Verwacht alleen niet dat het is wat jij denkt dat het is.' Met deze cryptische woorden en de foto begint Diedres zoektocht naar de enige persoon die de waarheid kent. Maar wil ze die waarheid wel kennen? Een spannend, meeslepend verhaal van bestsellerauteur Penelope J. Stokes over een vrouw die haar geloof op de proef gesteld ziet. *Amber*, Penelope J. Stokes. Uitgeverij Omniboek, € 13,50.