

Standing Order Frühjahr 2024
„Stiftung Warentest/Verbraucherzentrale“

Dortmund, im Januar 2024

Sehr geehrte Damen und Herren,

in dieser Kollektion bieten wir wie immer aktuelle Ratgeber, die Ihnen bei unterschiedlichen Thematiken helfend zur Seite stehen. Sei es die Steuererklärung, alles rund ums Bauen, Sanieren und Renovieren oder Finanzen: Stiftung Warentest und die Verbraucherzentrale wissen Bescheid.

Alle hier ausgesuchten Titel erscheinen als festgebundene Ausgabe oder als Softcover.

Zu Ihrer Information hier eine Kostenübersicht für das Gesamtpaket:

Stift. Warentest: 19 Titel, ca. € 409,80 ./.. 10% Bibliotheksrabatt = ca. € 368,82

Verbraucherzentr.: 11 Titel, ca. € 208,00 ./.. 10% Bibliotheksrabatt = ca. € 187,20

Gesamt: 30 Titel, ca. € 617,80 ./.. 10% Bibliotheksrabatt = ca. € 556,02

Sollten Sie Fragen haben oder weitere Informationen benötigen, stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Team der Dortmunder Universitäts-Buchhandlung GmbH

Frühjahr 2024 Stiftung Warentest

		978-3-7471-0		
1 Bastigkeit, M.	Meine Laborwerte	7621	22.03.	12.90 €
2 Beiersmann, S.	Samsung Galaxy	7652	24.05.	19.90 €
3 Borgeest, G.	Ordnung nebenbei	7850	15.12.2023	15.00 €
4 Burghaus, S./März, S.	Let's talk about Endometriose	7737	22.03.	20.00 €
5 Canbay, A.	Nimm das, Fettleber	7515	22.03.	20.00 €
6 Eigner, C.	Haushalt nebenbei	7898	15.12.2023	15.00 €
7 Erle, A.	Spurlos im Internet	7416	22.03.	19.90 €
8 Erle, A.	Alle Daten sicher	7522	22.03.	19.90 €
9 Hammer, T.	Existenzgründung	6532	26.04.	39.90 €
10 Hillert, Prof. Dr. med., phil. A.	Stark gegen Ängste	7799	22.03.	20.00 €
11 Khaschei, K.	Hurra, schwanger!	7942	15.12.2023	15.00 €
12 Kühn, M. & S.	Alles über Fonds	6990	26.01.	22.90 €
13 Kühn, M. & S.	Alles über Aktien	7027	26.01.	22.90 €
14 Peterson, T.	Balkongärtnern	7911	15.12.2023	15.00 €
15 Pohlmann, I./Öchsner, T.	Finanzplaner Beamte	5436	26.04.	22.90 €
16 Stift. Warentest (Hg.)	So geht Onlinebanking	7768	24.05.	22.90 €
17 Stift. Warentest (Hg.)	Mieten oder kaufen?	7171	24.05.	22.90 €
18 Stoll, T.	Der ETF-Booster für Ihre Geldanlage	7386	24.05.	22.90 €
19 Teibinger, M./Horn, G.	Unser Holzhaus planen und bauen	7829	24.05.	39.90 €

**19 Titel zum Gesamtpreis von 409,80 €
./ 10 % Bibliotheksrabatt ca. 368,82 €**

Verbraucherzentrale - Ratgeber

		978-3-86336-		
1 Bretzinger, O. N.	Handbuch Pflege	4113	Apr/ 24	18.00 €
2 Frey, C.	Pflege zu Hause	4090	Feb/ 24	18.00 €
3 Janthur, G. (u.a.)	Bärenstarke Kinderkost	1938	Mrz/ 24	20.00 €
4 Lohrer, M.	Ab jetzt finanziell unabhängig	1754	Feb/ 24	18.00 €
5 Lohrer, U.	Rente in Sicht	1983	Mai/ 24	20.00 €
6 Palmowski, S.	Das Pflegegutachten	4106	Mai/ 24	12.00 €
7 Ropertz, U.	Das Mieter-Handbuch	1945	Mrz/ 24	18.00 €
8 Schäfer, C.	Wie ernähre ich mich bei Magen-Darm-Beschwerden?	1990	Feb/ 24	20.00 €
9 Scheibe, S.	Ratgeber Demenz	1921	Feb/ 24	20.00 €
10 Spruth, J.	Strom und Wärme selbst erzeugen	1815	Jan/ 24	28.00 €
11 Waldau-Cheema, G.	Steuererklärung für Rentner und Pensionäre 23/24	1884	Feb/ 24	16.00 €

**11 Titel zum Gesamtpreis von 208,00 €
./ 10 % Bibliotheksrabatt ca. 187,20 €**

Meine Laborwerte

Laborwerte verstehen leicht gemacht – Erläuterung zu den Abkürzungen EOS, FSH, MCH – Blutwerte im Detail

von **Matthias Bastigkeit**

Stiftung Warentest

☑ Paperback, Text, Abbildungen, Diagramme, Charts, Grafen, Deutsch, 208 Seiten, 6. Auflage, 6., aktualisierte Auflage

EUR **12,90**

ET: 22.03.2024

AT: 15.03.2024

978-3-7471-0762-1

● Noch nicht lieferbar



Laborwerte leicht verständlich erklärt

Nach einer Blutuntersuchung folgt der Laborbericht, doch was bedeuten von der Norm abweichende Werte für Ihre Gesundheit? Was steckt hinter den zahlreichen Abkürzungen und Fachbegriffen? In der aktualisierten Auflage erfahren Sie, wie Sie Ihren Laborbericht lesen und verstehen können. Der Ratgeber erklärt alle wichtigen Blutwerte im Detail, gibt Referenzbereiche und Krankheitsbezüge an und ist eine verlässliche Grundlage für Ihr Gespräch mit dem Arzt. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf Laborwerten, die für die Behandlung von Stoffwechselerkrankungen entscheidend sind, wie zum Beispiel Diabetes, Schilddrüsenerkrankungen und Gicht. Ausführlich wird zudem über Blutfettwerte, Leberwerte, Nierenwerte und die wichtigsten Tumorwerte informiert. Mit diesem Ratgeber sind Sie für den nächsten Laborbericht bestens gewappnet.



Samsung Galaxy

Alle Funktionen verständlich erklärt – Von Stiftung Warentest

von **Stefan Beiersmann**

Digitale Welt einfach erklärt

Stiftung Warentest

☑ Paperback, Text, Bilder, Fotografien, Abbildungen, Diagramme, Charts, Grafen, Deutsch, 192 Seiten, 10. Auflage, 10., aktualisierte Auflage

EUR **19,90**

ET: 24.05.2024

AT: 17.05.2024

978-3-7471-0765-2

● Noch nicht lieferbar



Ordnung nebenbei

Aussortieren, aufräumen, aufatmen | Sonderausgabe

von **Gunda Borgeest**, Fotos von **Knut Kooops**, sonstige Bearbeitung von **Florian Brendel**

Stiftung Warentest

☑ Paperback, Text, Fotografien, Deutsch, 224 Seiten, 2. Auflage, Sonderausgabe

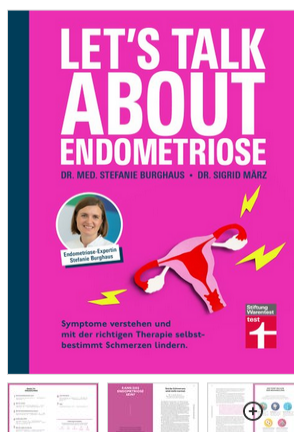
EUR **15,00**

ET: 15.12.2023

AT: 08.12.2023

978-3-7471-0785-0

● Noch nicht lieferbar



Let's talk about Endometriose

Symptome verstehen und mit der richtigen Therapie selbstbestimmt die Schmerzen lindern.

von **Dr. med. Stefanie Burghaus**, **Dr. Sigrid März**

Stiftung Warentest

☑ Paperback, Text, Bilder, Fotografien, Abbildungen, Diagramme, Charts, Grafen, Deutsch, 176 Seiten, 1. Auflage, 1. Auflage

EUR **20,00**

ET: 22.03.2024

AT: 15.03.2024

978-3-7471-0773-7

● Noch nicht lieferbar

Endometriose kann das Leben grundlegend beeinflussen

Endlich gibt es einen umfassenden Ratgeber, der nicht nur eine klare und leicht verständliche Orientierungshilfe bietet, sondern auch den neuesten Stand der Forschung vermittelt. Die Diagnose ist der entscheidende Wendepunkt. Dieses Buch führt Sie durch den Prozess zur gesicherten Diagnose. So erhalten Sie endlich Gewissheit und können die notwendigen Schritte zur Linderung Ihrer Symptome unternehmen. Mithilfe einer auf die persönliche Lebenssituation und Familienplanung abgestimmten Therapie kann Endometriose gut behandelt werden. Dieses Buch beantwortet all Ihre Fragen bezüglich verschiedener Behandlungsmöglichkeiten - von medikamentösen Ansätzen bis hin zu chirurgischen Eingriffen - sowie zu absehbaren Therapieerfolgen und möglichen Nebenwirkungen. Darüber hinaus erhalten Sie handfeste Ratschläge zum Umgang mit chronischen Schmerzen im Alltag, im Job und in der Partnerschaft, um zu einer guten Lebensqualität zurückzufinden.



Nimm das, Fettleber

Leber revitalisieren mit der richtigen Ernährung und gesundem Lebensstil

von Prof. Dr. med. Ali Canbay

Stiftung Warentest

Paperback, Text, Bilder, Fotografien, Abbildungen, Diagramme, Charts, Grafen, Deutsch, 176 Seiten, 1. Auflage, 1. Auflage

Wer aktiv wird, kann seine Leber heilen!

Unsere Leber ist ein Superorgan. Sie sorgt nicht nur für die Entgiftung des Blutes, sondern ist Speicher der wichtigsten Mikronährstoffe, produziert überlebenswichtige Hormone und liefert unserem Körper die nötige Energie. Ohne Leber geht nichts. Wenn Sie nach einem Weg suchen, um die Gesundheit Ihrer Leber zu optimieren oder Ihre Fettleber zu heilen, dann ist dieses Buch genau das Richtige für Sie.

Klar verständliche Erklärungen: Komplexe medizinische Zusammenhänge werden leicht verständlich und anschaulich erklärt. Sie werden die Funktionsweise der Leber und die Auswirkungen einer Fettleber auf Ihren Körper verstehen und wissen so, was Ihrer Leber guttut – und was nicht.

EUR 20,00

ET: 22.03.2024

AT: 15.03.2024

978-3-7471-0751-5

● Noch nicht lieferbar



Haushalt nebenbei

500 saubere Expertentricks | Sonderausgabe

von Christian Eigner

Stiftung Warentest

Paperback, Text, Fotografien, Deutsch, 224 Seiten, 3. Auflage, Sonderausgabe

Ihr Gamechanger im Haushalt

Haben Sie auch oft keine Lust auf Hausarbeiten wie Abstauben oder Putzen und stehen deswegen immer wieder vor einem großen Berg Arbeit? In diesem Ratgeber erfahren Sie alles über Hausarbeit und erhalten viele Tipps, wie sie den Haushalt ganz unkompliziert nebenbei führen können.

Machen Sie den Haushalt zur Nebensache! Anhand von Beispielen wird Ihnen in diesem Buch erklärt, wie und wo Sie Hausarbeiten nebenbei erledigen können, um nicht irgendwann das gesamte Putzpensum in einem einzigen Gewaltakt bewältigen zu müssen. Natürlich macht sich der Haushalt nicht von selbst, aber in diesem Ratgeber erfahren Sie, wie Sie ihn deutlich entspannter gestalten können.

EUR 15,00

ET: 15.12.2023

AT: 08.12.2023

978-3-7471-0789-8

● Noch nicht lieferbar



Spurlos im Internet

Tracking verhindern, Daten schützen, anonym surfen, VPN nutzen

von Andreas Erle

Digitale Welt einfach erklärt

Stiftung Warentest

Paperback, Text, Bilder, Fotografien, Abbildungen, Diagramme, Charts, Grafen, Deutsch, 192 Seiten, 2. Auflage, 2., aktualisierte Auflage

Wer im Internet surft, hinterlässt Spuren. Wenn Sie eine Webseite aufrufen, online einkaufen, soziale Netzwerke nutzen oder Ihre Lieblingsserie streamen: All das gibt persönliche Informationen über Sie preis. Sie haben nichts zu verbergen? Sollten Sie aber. Was passiert mit diesen Daten? Was wissen Amazon, Google, Facebook & Co. über Sie? Welche Daten werden über Sie erhoben und wie können Sie deren Verbreitung eingrenzen? Dieser Ratgeber zeigt mithilfe verständlicher Anleitungen und vieler Screenshots, wie Sie Ihre digitalen Geräte sicher nutzen und ein Maximum an Privatsphäre schaffen. Sie erfahren, wie Sie starke Passwörter generieren, Ihre privaten Daten kontrollieren und löschen, wie Sie Webseiten-Tracking durch Cookies verhindern und wo datensparsamere Geräte Sinn ergeben. Denn Sie haben etwas zu verbergen – und das ist auch gut so!

EUR 19,90

ET: 22.03.2024

AT: 15.03.2024

978-3-7471-0741-6

● Noch nicht lieferbar



Alle Daten sicher

Perfekt geschützt vor Datendiebstahl und Datenverlust

von Andreas Erle

Digitale Welt einfach erklärt

Stiftung Warentest

Paperback, Text, Bilder, Fotografien, Abbildungen, Diagramme, Charts, Grafen, Deutsch, 160 Seiten, 1. Auflage, 1. Auflage

Es kann jeden treffen: eine defekte Festplatte, ein Wohnungsbrand, ein Virus oder ein kaputtes Smartphone. Weg sind dann Daten wie die Abschlussarbeit, persönliche Dokumente oder gar sämtliche private Fotos. Wie können wir unsere wichtigsten Daten bestmöglich schützen? Von Backup-Software über Passwortmanager bis hin zu Antivirenprogrammen stellt Ihnen dieser Ratgeber bewährte Tools und Schutzmaßnahmen basierend auf den Untersuchungen der Stiftung Warentest vor. Wichtig ist nicht zuletzt auch umsichtiges Verhalten wie das regelmäßige Durchführen von Software-Updates oder das anonyme und sichere Surfen in öffentlichen Netzen. Und sollte doch einmal der Worst Case eintreten, gibt es auch dafür Lösungen, die das Buch für Sie bereithält.

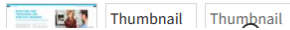
EUR 19,90

ET: 22.03.2024

AT: 15.03.2024

978-3-7471-0752-2

● Noch nicht lieferbar



Existenzgründung

In zehn Schritten zum Erfolg | Für alle Selbstständigen

von **Thomas Hammer**

Stiftung Warentest

Hardcover, Text, Bilder, Abbildungen, Diagramme, Charts, Grafen, Fotografien, Deutsch, 336 Seiten, 3. Auflage, 3., aktualisierte Auflage

Sie haben eine tolle Geschäftsidee und wollen sich selbstständig machen? Dieses umfassende Handbuch unterstützt Sie auf dem Weg von den ersten Überlegungen bis in den Alltag als selbstständig tätige Person: Vom Kurz-Check, ob Sie der richtige Typ für die Selbstständigkeit sind, mit Fragen zu Ihrer Fachkompetenz, Belastbarkeit, Risikobereitschaft, Kreativität, Kommunikationsfähigkeit und Eigeninitiative bis hin zum Businessplan. Erfahren Sie, worauf es bei der Finanzierung ankommt, welche Rechtsform für Sie passt, wie Sie Ihre Idee am besten vermarkten und wie Sie die Buchführung und die Steuer managen. Der Ratgeber widmet sich auch einem wichtigen Thema, das bei Selbstständigen oft vernachlässigt wird: die Absicherung von Risiken. Das Expertenwissen von Finanztest und das Know-how erfolgreicher Gründer helfen Ihnen, Ihr Risiko zu minimieren und sich auf dem Erfolg zu konzentrieren.

EUR **39,90**

ET: 26.04.2024

AT: 19.04.2024

978-3-7471-0653-2

● Noch nicht lieferbar



Stark gegen Ängste

Wirksame Strategien gegen Ängste, Phobien und Panikattacken

von **Prof. Dr. med. Dr. phil. Andreas Hillert**

Stiftung Warentest

Paperback, Text, Bilder, Fotografien, Abbildungen, Diagramme, Charts, Grafen, Deutsch, 176 Seiten, 1. Auflage, 1. Auflage

Eigene Bewältigungsstrategien entwickeln

Ihnen bricht der Schweiß aus, Sie haben Herzrasen und Katastrophengedanken, z. B. wenn Sie an den bevorstehenden Flug denken oder auch nur an unvermeidliche Smalltalk-Situationen im Beruf? Damit sind Sie durchaus nicht allein: Etwa 10 Millionen Deutsche geben an, unter verschiedenen, sehr belastenden Ängsten zu leiden.

Andreas Hillert, renommierter Psychotherapeut und Chefarzt an der medizinisch-psychosomatischen Klinik Roseneck sowie Autor zahlreicher Bücher, unterstützt bereits seit vielen Jahren erfolgreich Angstpatienten. In diesem Ratgeber gibt er Ihnen eine sichere selbsttherapeutische Methode an die Hand, um Angstzustände wirksam zu überwinden. Schritt für Schritt begleitet er Sie dabei, in die Auseinandersetzung mit Ihrer Angst zu gehen, um zu verstehen, was genau sie auslöst und Ihre Reaktion darauf neu zu konditionieren. Erkennen Sie, dass Ihre Befürchtungen in den meisten Fällen unbegründet sind und genießen Sie endlich wieder ein unbeschwertes Leben.

EUR **20,00**

ET: 22.03.2024

AT: 15.03.2024

978-3-7471-0779-9

● Noch nicht lieferbar



Hurra, schwanger!

Ganz entspannt durch die 40 Wochen | Sonderausgabe

von **Kirsten Khaschei**, sonstige Bearbeitung von **Florian Brendel**, Fotos von **Knut Koops**, unterstützt von **Silvia Höfer**

Stiftung Warentest

Paperback, Text, Fotografien, Deutsch, 224 Seiten, 2. Auflage, Sonderausgabe

Ihre Begleitung für die Schwangerschaft

Sie stehen am Beginn Ihrer Schwangerschaft und sind mit der Flut an Eindrücken, Möglichkeiten und Informationen überfordert. In diesem Ratgeber erhalten Sie einen Überblick rund um das Thema Schwangerschaft, damit Sie entspannt und sicher durch die 40 Wochen gehen können. Entspannen Sie sich! Zu Beginn Ihrer Schwangerschaft stellen sich Ihnen wahrscheinlich Unmengen an Fragen und die Situation kann zu Unsicherheiten und Stress führen. Dieses Buch beantwortet Ihnen die drängenden Fragen wie zum Beispiel: Woran muss jetzt gedacht werden? Reicht das Geld? Was wird aus meinem Job? Machen Sie sich keine Sorgen und lassen Sie sich diese Fragen in aller Ruhe beantworten.

EUR **15,00**

ET: 15.12.2023

AT: 08.12.2023

978-3-7471-0794-2

● Noch nicht lieferbar



Alles über Fonds

Das Wichtigste zu ETF, Rendite, Kosten und Strategien

von **Stefanie Kühn**, **Markus Kühn**

Stiftung Warentest

Paperback, Text, Bilder, Fotografien, Abbildungen, Diagramme, Charts, Grafen, Deutsch, 192 Seiten, 4. Auflage, 4., aktualisierte Auflage

Mit Fonds und ETF lässt sich mit wenig Aufwand und schon mit kleinen Anlagebeträgen ein breit gestreutes Portfolio aufbauen. Dieser Ratgeber erklärt, wie Fonds und ETF funktionieren und macht Sie mit den Spielregeln der Börse vertraut. Die Finanztest-Experten stellen alle aktuell wichtigen Indizes vor, erläutern übersichtlich Vor- und Nachteile und zeigen, wie man seine Anlagen am besten kombiniert, um Renditechancen zu nutzen und Risiken gering zu halten. In der aktuellen Auflage des erfolgreichen Ratgebers lesen Sie außerdem, wie man nach der Niedrigzinsphase wieder von Rentenfonds profitieren kann und ob sich vieldiskutierte Themenfonds etwa zu Künstlicher Intelligenz als Beimischung eignen. Und natürlich finden Sie hier auch die neuesten Fondsentwicklungen im Bereich der nachhaltigen Geldanlage.

EUR **22,90**

ET: 26.01.2024

AT: 19.01.2024

978-3-7471-0699-0

● Noch nicht lieferbar

Alles über Aktien

Das Wichtigste rund um Börse, Dividende, Dax und Co.

von **Stefanie Kühn, Markus Kühn**

Stiftung Warentest

📖 Paperback, Text, Bilder, Fotografien, Abbildungen, Diagramme, Charts, Grafen, Deutsch, 176 Seiten, 5. Auflage, 5., aktualisierte Auflage

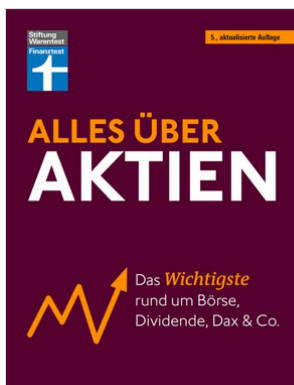
EUR **22,90**

ET: 26.01.2024

AT: 19.01.2024

978-3-7471-0702-7

● Noch nicht lieferbar



Wer sein Geld gewinnbringend anlegen möchte, kommt um Aktien kaum herum. Ohne fundiertes Wissen rund um Indizes, Börsenplätze, Limits, feindliche Übernahmen und Co. sollten sich Anleger allerdings nicht aufs glatte Börsenparkett begeben. Dieser Ratgeber beantwortet die wichtigsten Fragen rund um den Aktienkauf. Er erklärt Chancen und Risiken, zeigt, wie Sie typische Fehler vermeiden, was Sie bezüglich der Inflation beachten sollten und wie Sie mit erfolgreichen Strategien Ihr Vermögen an der Börse aufbauen. Einsteiger und Fortgeschrittene erhalten einfach und übersichtlich nützliche Informationen, um Finanznachrichten, Charts oder die Abgeltungssteuer schnell zu verstehen. Welche Indizes sollte ich im Auge behalten? Wie kann ich beim Kauf sparen? Lernen Sie, eigene Aktienanalysen zu erstellen und Ihre Anlagestrategie zu optimieren.



Balkongärtnern

Jetzt wird's richtig schön | Sonderausgabe

von **Tobias Peterson**

Stiftung Warentest

📖 Paperback, Text, Fotografien, Deutsch, 224 Seiten, 3. Auflage, Sonderausgabe

EUR **15,00**

ET: 15.12.2023

AT: 08.12.2023

978-3-7471-0791-1

● Noch nicht lieferbar

Ihre Chance zum Traumbalkon

Träumen Sie auch von einem Balkongarten, wissen aber nicht, wie Sie die Sache angehen sollen oder ob Sie überhaupt genug Zeit dafür haben? Dieser Ratgeber ist sehr gut geeignet für Anfänger und zeigt Ihnen, wie Sie Ihren Balkon auch mit wenig Zeit und Aufwand in ein Paradies verwandeln können.

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf! In diesem Buch erhalten Sie viele praktische Entscheidungshilfen zu Gartenwerkzeug, Pflanzen und Gartenmöbeln. So müssen Sie nur noch kreativ sein, denn ohne Vorschriften funktioniert Balkongärtnern am besten.



Finanzplaner Beamte

Private Krankenversicherung, Beihilfe, Pension, Geldanlage, Steuern optimieren

von **Isabell Pohlmann, Thomas Öchsner**

Stiftung Warentest

📖 Paperback, Text, Bilder, Fotografien, Abbildungen, Diagramme, Charts, Grafen, Deutsch, 176 Seiten, 2. Auflage, 2., aktualisierte Auflage

EUR **22,90**

ET: 26.04.2024

AT: 19.04.2024

978-3-7471-0543-6

● Noch nicht lieferbar

Ob Lehrerin, Polizist, Richter, Verwaltungsbeamter oder Soldat: Beamte stehen vor anderen Finanzfragen als Angestellte oder Selbstständige. In diesem Ratgeber erfahren Sie, worauf es bei der individuellen Finanzplanung ankommt. Von der Beihilfe und privaten Krankenversicherung über Pension und die private Altersvorsorge bis hin zu Geldanlage, Steuern und wichtigen Versicherungen. Die Experten von Finanztest zeigen, wie Beamte monatlich finanziell das Beste herausholen, geben einen Überblick zu Beihilfeleistungen und verraten, welche privaten Krankenversicherungen im Test besonders gut abgeschnitten haben. Sie erhalten alle wichtigen Informationen zur Pensionsplanung und dazu, wie sie die Pensionsansprüche heute schon sinnvoll durch private Vorsorge ergänzen können. Sie wollen früher aus dem Berufsalltag aussteigen? Der Ratgeber erklärt auch, was Sie bei einem vorzeitigen Einstieg in die Pension beachten sollten. Zahlreiche Checklisten, Tabellen und Experten-Interviews unterstützen Sie.



So geht Onlinebanking

Überweisungen, Konto- und Depotverwaltung sicher und bequem von zu Hause aus | Konto und Bezahldienste sicher einrichten

herausgegeben von **Stiftung Warentest**

Stiftung Warentest

📖 Paperback, Text, Bilder, Fotografien, Abbildungen, Diagramme, Charts, Grafen, Deutsch, 160 Seiten, 1. Auflage, 1. Auflage

EUR **22,90**

ET: 24.05.2024

AT: 17.05.2024

978-3-7471-0776-8

● Noch nicht lieferbar

Die Banken bauen ihr Filialnetz immer weiter ab – an Onlinebanking führt also kein Weg mehr vorbei. Doch wie sieht es mit der Sicherheit aus, welche Kosten kommen auf Sie zu und wie rüsten Sie Ihr bestehendes Konto auf elektronisches Banking um? Mit diesem Ratgeber gelingt der Umstieg mühelos. Unsere Finanztest-Experten erklären einfach und verständlich, wie Sie Ihr Konto bequem und sicher vom Sofa aus verwalten können und mit den richtigen Einstellungen am PC oder Smartphone Gefahren vermeiden. Dabei helfen Ihnen die Ergebnisse unserer neuesten Untersuchungen zu Passwortmanagern, Authentifizierung, Sicherheits- und TAN-Verfahren – aber auch zu Haushaltsbuch-Apps und weiteren digitalen Helfern. Die Experten verraten außerdem, wie Sie Ihre Finanzen nicht nur online verwalten, sondern auch vermehren können. Umstieg, Einrichtung und Nutzung kinderleicht!



Mieten oder kaufen?

Wie Sie entscheiden, ob sich ein eigenes Haus oder eine eigene Wohnung für Sie lohnt | Mit Finanztest-Online-Rechner

von **Stiftung Warentest**

Stiftung Warentest

☑ Paperback, Text, Bilder, Fotografien, Abbildungen, Diagramme, Charts, Grafen, Deutsch, 160 Seiten, 1. Auflage, 1. Auflage

Lohnt sich ein Immobilienkauf?

Die Mehrzahl der Menschen träumt vom eigenen Haus oder von der eigenen Wohnung. Dieser Ratgeber ist eine umfassende Entscheidungshilfe, denn er stellt Vor- und Nachteile eines Kaufs übersichtlich dar. Die zentrale Frage: Rechnet sich das für Sie? Würde es mehr Rendite bringen, wenn Sie weiter zur Miete wohnen und Ihr Geld investieren?

Bei der Beantwortung hilft der Online-Rechner der Finanztest-Experten. Mit der passenden Anleitung ermitteln Sie, ob Kaufen oder Mieten in Ihrer Situation mehr Vorteile bringt. Eine weitere wichtige Frage ist die nach Ihrer persönlichen Situation: Sind Sie wirklich der Typ fürs Eigenheim oder beispielsweise beruflich oder familiär noch nicht auf einen Ort festgelegt?

EUR **22,90**

ET: 24.05.2024

AT: 17.05.2024

978-3-7471-0717-1

● Noch nicht lieferbar



Der ETF-Booster für Ihre Geldanlage

Mehr Renditechancen mit Länder-, Themen- und Strategiefonds

von **Thomas Stoll**

Stiftung Warentest

☑ Paperback, Text, Bilder, Fotografien, Abbildungen, Diagramme, Charts, Grafen, Deutsch, 160 Seiten, 1. Auflage, 1. Auflage

Zusätzliche Renditechancen nutzen

Mit Spezial-ETF lassen sich eigene Anlageideen an der Börse einfach umsetzen und zusätzliche Renditechancen nutzen. Anleger können zum Beispiel gezielt auf Schwellenländer setzen oder spannende Megatrends im eigenen Portfolio abbilden. Dieser Ratgeber zeigt, wie Sie als Börsenprofi, aber auch als ETF-Anfänger mit Beimischungen Renditesteigerung und Risikosenkung erzielen, das ideale Mischverhältnis für Ihr Depot ermitteln und schließlich Ihre Investments optimal pflegen. Lernen Sie die von den Finanztest-Experten entwickelten Erweiterungen zum Basis-Portfolio kennen und erfahren Sie außerdem, welche Möglichkeiten Branchen-, Themen-, Faktor-/Strategie- und Rohstoff-ETF bieten und wo die Chancen, Risiken und Besonderheiten der jeweiligen Indizes liegen.

EUR **22,90**

ET: 24.05.2024

AT: 17.05.2024

978-3-7471-0738-6

● Noch nicht lieferbar



Unser Holzhaus planen und bauen

Der Weg zum nachhaltigen Eigenheim | Wohngesundheit, Bauweisen, Kosten, Ökologie

von **Martin Teibinger, Gerrit Horn**

Stiftung Warentest

☑ Hardcover, Text, Bilder, Abbildungen, Diagramme, Charts, Grafen, Fotografien, Deutsch, 288 Seiten, 1. Auflage, 1. Auflage

Was das Bauen mit Holz so besonders macht

Bauen mit Holz gilt nicht nur als nachhaltig, sondern durch ein gutes Wohnklima auch als gesundheitsförderlich. Ob Holzhaus „von der Stange“ oder Architektenhaus – Bauen mit Holz wird immer beliebter. Dieses Handbuch bietet privaten Bauherren und Bauherrinnen umfassende, praxisorientierte Informationen zu Möglichkeiten und Grenzen des Holzbaus und damit detaillierte Hilfe zur Entscheidungsfindung.

Bauherren werden in die Lage versetzt, Preis- und Qualitätsunterschiede bei Bauweisen und Material zu beurteilen und die für ihre individuellen Ansprüche und die Gegebenheiten vor Ort optimale Wahl zu treffen. Zentrale Themen wie Feuchte- und Schallschutz, energetische Qualität, Dämmung und Wärmespeichervermögen werden umfassend erklärt. Dabei wird das Thema „Bauen mit Holz“ möglichst breit angelegt: Neben Holzhäusern als Ganzes werden auch einzelne Bauteile aus Holz sowie Anbauten bis hin zum Dachstuhlusbau und nicht zuletzt die wichtige Frage der Instandhaltung unter die Lupe genommen. Gelungene Praxisbeispiele ergänzen das Buch und bieten Bauwilligen Inspiration für ihre eigene Planung.

EUR **39,90**

ET: 24.05.2024

AT: 17.05.2024

978-3-7471-0782-9

● Noch nicht lieferbar



Handbuch Pflege

Hilfe organisieren: Anträge, Checklisten, Verträge

von **Otto N. Bretzinger**, herausgegeben von **Verbraucherzentrale NRW**

Verbraucher-Zentrale NRW

📖 Buch, Deutsch, 160 Seiten, 3. Auflage, Überarbeitete Ausgabe

Pflege organisieren, ganz praktisch

- Alle nötigen Anträge mit Musterformulierungen, um Leistungen der Pflegeversicherung abzurufen
- Checklisten, zum Beispiel zur Auswahl eines Pflegedienstes, von „betreutem Wohnen“ oder eines Pflegeheims
- Mit kommentierten Musterverträgen: u.a. Pflegevertrag und Heimvertrag
- Plus wichtige Zusatzinformationen: Was tun bei Problemen? Wo gibt es Hilfe?

Angehörige sind der größte Pflegedienst – sie kümmern sich nicht nur ganz häufig um die Pflege selbst, sondern müssen auch viele Formalitäten erledigen. Die Aufgaben, die sich in dieser Situation stellen, sind vielfältig: Anträge müssen rechtzeitig gestellt werden, ein ambulanter Pflegedienst muss ausgewählt werden, Pflege- oder Heimverträge geprüft werden und vieles mehr. Mit dem „Handbuch Pflege“ erhalten Angehörige einen Werkzeugkasten, aus dem sie schnell und unkompliziert die Unterstützung wählen können, die sie benötigen.

ca. EUR **18,00**

ET: April 2024

978-3-86336-411-3

● Noch nicht lieferbar



Pflege zu Hause

Was Angehörige wissen müssen

von **Carina Frey**, herausgegeben von **Verbraucherzentrale NRW**

Verbraucher-Zentrale NRW

📖 Softcover, Deutsch, 224 Seiten, 3. Auflage, Überarbeitete Ausgabe, Auflage

Hilfe organisieren, Angehörige entlasten

Angehörige sind der größte Pflegedienst! Denn über 1,8 Millionen Pflegebedürftige werden zu Hause gepflegt, Tendenz steigend. Dieser Ratgeber richtet sich an alle Angehörigen, die mit einem Pflegefall konfrontiert sind. Er bietet schnelle, einfache und verständliche Hilfe.

- Von der Antragsstellung bei der Pflegeversicherung bis zur Organisation des Pflegealltags
- Hilfe bei der Beantragung von Pflegezeiten und Hilfsmitteln
- Auswahl des Pflegedienstes
- Entlastungsangebote für Pflegenden
- Finanzielle Unterstützung, die Pflegenden zusteht

ca. EUR **18,00**

ET: Februar 2024

978-3-86336-409-0

● Noch nicht lieferbar



Bärenstarke Kinderkost

Lecker, schnell und gesund

herausgegeben von **Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen**, von **Gabriele Janthur, Ursula Plitzko**, u.a. illustriert von **Katrin Wiehle**

Verbraucher-Zentrale NRW

📖 Buch, Deutsch, 216 Seiten, 15. Auflage, Überarbeitete Ausgabe

Bärenstark - über 200.000 x verkauft!

Hier finden Eltern Antworten auf ihre alltäglichen Fragen:

- »Mein Kind mag kein Fleisch, fehlt ihm etwas?«
- »Muss mein Kind Milch trinken?«
- »Ohne Frühstück aus dem Haus, ist das schlimm?«
- »Was tun gegen die ständige Nascherei?«

Wer für Kinder kocht, steht in der Verantwortung: Nicht nur schmecken soll es, sondern auch gesund sein. Denn unser Essverhalten lernen wir in der Kindheit! Dass eine abwechslungsreiche Familienkost nicht kompliziert oder aufwendig sein muss, zeigt dieser Ratgeber.

Der Longseller zur Kinderernährung: informativ, lesefreundlich und übersichtlich, **mit vielen neuen und unkomplizierten Rezepten für den Familienalltag**.

EUR **20,00**

ET: März 2024

978-3-86336-193-8

● Noch nicht lieferbar



Ab jetzt finanziell unabhängig

Ein nachhaltiger Finanzplaner für Frauen
von **Verbraucherzentrale NRW**, Maren Lohrer
Verbraucher-Zentrale NRW
Buch, Deutsch, 180 Seiten, Neuauflage

Armut ist weiblich?

- Wege, das Einkommen zu erhöhen: staatliche Leistungen, Beruf, Familie
- Geldanlage individuell: Risikoneigung, Anlagehorizont und persönliche Ziele
- Immer im Blick: nachhaltige Geldanlagen, die gerade einen Nachfrageboom erleben
- Digitale Rechentools erleichtern die Anwendung auf die eigene Situation.

ca. EUR **18,00**

ET: Februar 2024
978-3-86336-175-4

● Noch nicht lieferbar



Rente in Sicht

Rechtzeitig planen, gut vorsorgen
herausgegeben von **Verbraucherzentrale NRW**, von **Ulrich Lohrer**
Verbraucher-Zentrale NRW
Hardcover, Deutsch, 192 Seiten, Neuauflage

Gut aufgestellt für den dritten Lebensabschnitt

- Finanzielle Weichenstellungen für den Ruhestand
- Stellschrauben für letzte Anpassungen vor Rentenanstritt
- Wie die private Krankenversicherung bezahlt bleibt
- Rentenantrag richtig stellen
- Anlagen auch im Alter für sich arbeiten lassen
- Welche Versicherungen für Ruheständler wichtig sind

Der Ratgeber gibt einen Überblick, welche Anlagen mit welchen Renditen und Risiken verbunden sind. Ziel dabei: Die Anlagestrategie auf die persönlichen Vorstellungen und Wünsche hin auszurichten. Ruhestand bedeutet keineswegs Ruhe vorm Finanzamt. Schritt für Schritt wird erläutert, wann eine Steuererklärung für Alterseinkünfte abgegeben werden muss.

EUR **20,00**

ET: 07.05.2024
978-3-86336-198-3

● Noch nicht lieferbar



Das Pflegegutachten

Antragstellung, Begutachtung, Bewilligung. Mit Checklisten für den Pflegebedarf
herausgegeben von **Verbraucherzentrale NRW**, von **Stefan Palmowski**
Verbraucher-Zentrale NRW
Softcover, Deutsch, 150 Seiten, 6. Auflage, Überarbeitete Ausgabe, Auflage

Kein Geld ohne Pflegegutachten!

Wer pflegebedürftig ist, benötigt in erster Linie persönliche Unterstützung durch Familie und Freunde – aber häufig auch eine (kosten-)aufwendige Unterstützung durch Fachpflegekräfte. Die bekommt aber nur, wer per Gutachten als pflegebedürftig eingestuft wurde. Dazu kommt ein Gutachter ins Haus und prüft, wie selbstständig oder unselbstständig der Betreffende ist – seit 2017 anhand völlig neuer Kriterien. Der aktuelle Ratgeber bietet die optimale Vorbereitung auf diesen alles entscheidenden Termin, von der Antragstellung über die Begutachtung bis zur Bewilligung.

Der Ratgeber bietet die **optimale Vorbereitung** auf den Gutachtertermin:

- Alle Regelungen einfach und verständlich erklärt
- Der Pflegegrad entscheidet: Welche Kriterien für die Pflegebedürftigkeit wichtig sind
- Mit welchen Fragen bei der Begutachtung zu rechnen ist und wie die Begutachtung abläuft
- Wie Sie Widerspruch einlegen, wenn Sie mit dem Pflegebescheid nicht einverstanden sind
- Alles zum Thema Brückenteilzeit
- EXTRA: Eine umfangreiche Pflege-Checkliste hilft bestmöglich bei der Vorbereitung auf den Gutachtertermin

ca. EUR **12,00**

ET: Mai 2024
978-3-86336-410-6

● Noch nicht lieferbar



Das Mieter-Handbuch

Mietvertrag, Nebenkosten, Modernisierung, Mietminderung, Kündigung
herausgegeben von Verbraucherzentrale NRW, mit herausgegeben von Deutscher Mieterbund DMB, von Ulrich Ropertz

Verbraucher-Zentrale NRW

Buch, Deutsch, 240 Seiten, 4. Auflage, Überarbeitete Ausgabe, 4. Auflage

Die Experten des **DEUTSCHEN MIETERBUNDS** und der Verbraucherzentrale haben in der vierten Auflage des Ratgebers ihr Wissen gebündelt mit brandaktuellen Informationen zum neuen Heizungsgesetz und zu den Regelungen bei der CO₂-Abgabe. Erläuterungen zu den klassischen Ärgernissen im Mietverhältnis wie Betriebskostenabrechnungen, Schönheitsreparaturen oder Eigenbedarfskündigungen sind verständlich formuliert. Das „Mieter-Handbuch“ hat mit Musterbriefen und Checklisten einen Werkzeugkasten für Streitfälle parat – zum Heraustrennen, Ausfüllen und Verschicken.

- Kritische Klauseln im Mietvertrag
- Heizungsgesetz: Was es für Mieter:innen bedeutet
- Modernisierung und Mieterhöhung
- Nebenkostenabrechnung – korrekt
- Hausordnung, Untervermietung, Mieterpflichten
- Kündigung – Fristen und Formalien

ca. EUR **18,00**

ET: März 2024

978-3-86336-194-5

● Noch nicht lieferbar



Wie ernähre ich mich bei Magen-Darm-Beschwerden?

Was nützt, was nicht – praktische Hilfen für den Alltag

herausgegeben von Verbraucherzentrale NRW, von Christiane Schäfer

Verbraucher-Zentrale NRW

Softcover, Deutsch, 200 Seiten, 2. Auflage, Überarbeitete Ausgabe, Auflage

- So belasten ständiges Sitzen, ein zu schnelles Mittagessen, Stress und psychische Belastung Magen und Darm.
- So lassen sich Erkrankungen wie Sodbrennen, Verstopfung oder Durchfall frühzeitig erkennen und behandeln.
- **Soforthilfe:** Was tun gegen Blähungen, Durchfall, Verstopfung und Bauchschmerzen?
- Was macht eine darmfreundliche Ernährung aus?

Es schlägt auf den Magen...

Blähungen, Durchfall, Verstopfung und Bauchschmerzen schlagen stark auf unser Wohlbefinden. Aber woher kommen diese Beschwerden und was hilft dagegen? Wie eine darmfreundliche Ernährung aussieht und was jeder selbst tun kann, um Beschwerden zu kurieren und vorzubeugen, wird in diesem Ratgeber anschaulich gemacht.

ca. EUR **20,00**

ET: Februar 2024

978-3-86336-199-0

● Noch nicht lieferbar



Ratgeber Demenz

Praktische Hilfen für Angehörige

herausgegeben von Verbraucherzentrale NRW, von Susan Scheibe, illustriert von Peter Gaymann

Verbraucher-Zentrale NRW

Softcover, Deutsch, 200 Seiten, 2. Auflage, Überarbeitete Ausgabe, Auflage

Alltag und Pflege aktiv gestalten

Die Diagnose Demenz verändert den Alltag betroffener Frauen und Männer sowie ihrer Angehörigen, Familien und Freunde grundlegend. Der Ratgeber bietet vielfältige Hilfestellungen, um das Alleinleben und die Selbstständigkeit eines Demenzkranken möglichst lange zu erhalten. Und er zeigt, welche Pflegekonzepte und -angebote speziell für Demenzkranke entwickelt worden sind und wo sie zur Verfügung stehen. Mit wichtigen Webangeboten, Adressen und Ansprechpartnern.

- Zielgruppe: Partnerinnen und Partner, Familien und Freunde von Demenzkranken
- Behandlungen und Therapien, Betreuungs- und Pflegeangebote
- Wichtige Kriterien für die Qualität und Beurteilung von Behandlungsangeboten
- Rechte und Ansprüche pflegender Angehöriger auf psychische, zeitliche und finanzielle Entlastung

ca. EUR **20,00**

ET: Februar 2024

978-3-86336-192-1

● Noch nicht lieferbar



Strom und Wärme selbst erzeugen

Schritt für Schritt zum autarken Haus

herausgegeben von Verbraucherzentrale NRW, von Johannes Spruth

Verbraucher-Zentrale NRW

Softcover, Deutsch, 220 Seiten, 1. Auflage, Neuausgabe

Strom und Wärme selber machen

Achtung: Ab 2024 soll jede neue Heizung zu 65 Prozent mit erneuerbaren Energien betrieben werden – egal ob im Neu- oder Altbau. Deshalb lohnt sich die Investition in neue Technik, auch dank der attraktiven staatlichen Förderung.

Wer in Energieautarkie investiert, ist auf der sicheren Seite, macht sich unabhängig von Preisschwankungen und kann durch erneuerbare Energien das Klima schützen. Dazu können Hauseigentümer die Energiequellen auf ihrem Grundstück nutzen: Sonne, Wind, Erdwärme, die Außenluft oder Biomasse. Ausgereifte technische Systeme sind vorhanden und machen ein wirtschaftliches Ergebnis bei der Eigenerzeugung möglich.

EUR 28,00

ET: Januar 2024

978-3-86336-181-5

● Lieferbar



Steuererklärung für Rentner und Pensionäre 2023/2024

herausgegeben von Verbraucherzentrale NRW, von Gabriele Waldau-Cheema

Verbraucher-Zentrale NRW

Buch, Deutsch, 220 Seiten, 1. Auflage, Neuausgabe

Steuern sparen leicht gemacht - mit und ohne ELSTER Immer mehr Ruheständler müssen Steuern zahlen – dafür sorgen Rentenerhöhungen und insbesondere das Alterseinkünftegesetz. Und viele von ihnen verschenken Jahr für Jahr Geld ans Finanzamt, das sie sich per Steuererklärung zurückholen könnten. Wer aber Bescheid weiß, hat mehr von seiner Rente oder Pension. Dieser Ratgeber führt einfach und leicht verständlich durch die verschiedenen Einkunftsarten, erläutert alle notwendigen Steuerformulare und enthält viele Steuer-Spartipps. So können Sie die Abgabe der Steuererklärung einfach, korrekt und schnell erledigen. Nutzen Sie dabei alle Steuer-Sparpotenziale! Damit mehr von der Rente bleibt und die Abgabe der Steuererklärung schnell und einfach erledigt werden kann:

- Schritt für Schritt durch alle aktuellen Formulare
- Einfache Erklärungen und viele Beispiel zeigen, wie es geht
- Zahlreiche Steuer-Spartipps helfen, die Steuerschuld zu reduzieren
- Ein umfangreiches Glossar lässt keine Fragen offen

Ca. EUR 16,00

ET: Februar 2024

978-3-86336-188-4

● Noch nicht lieferbar