

**Traumfeder**  
Verlag

# Geschichten, die verändern.

FRÜHJAHR 2026

INSPIRATION | UNTERHALTUNG | WISSEN



## COMMUNITY & HUMOR

Tim Reinhold und moderne  
Alltagssatire



## GESCHENKIDEEN

Neue Markenwelten für  
den Buchhandel



## WISSEN & MEHR

Ratgeber, Trends und  
Inspiration für heute

KURATIERT FÜR DEN  
STATIONÄREN BUCHHANDEL

# Bücher machen Momente unvergesslich. Zu jeder Zeit der richtige Begleiter.

---

INSPIRATION.  
UNTERHALTUNG  
WISSEN.  
GESCHICHTEN, AN  
DIE MAN SICH  
ERINNERT.



# Wir glauben an Bücher mit Nachhall.

Bücher, die nicht behlehren, aber begleiten. Bücher, die fragen, dürfen auch Zweifel zulassen und müssen nicht immer die perfekten Antworten liefern.

Im Traumfeder-Verlag entstehen Geschichten, Ideen und Impulse die unterhalten, inspirieren und zum Nachdenken anregen. Mal leicht und Humorvoll, mal tief und bewegend, mal sachlich und informativ - aber immer mit dem Anspruch, etwas auszulösen.

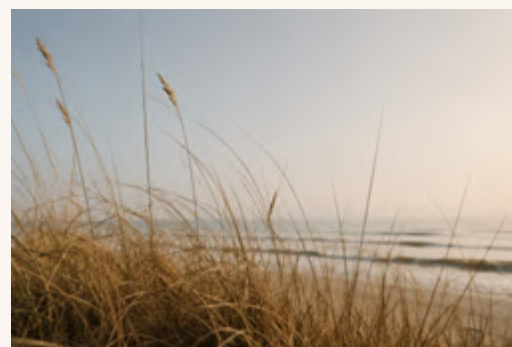
Für Buchhandlungen, die mehr suchen als austauschbare Titel und für Menschen, die beim Lesen nicht nur abschalten, sondern aufblühen wollen.

## Willkommen in unserer Verlagswelt.

Viel Freude beim Entdecken und Weiterempfehlen!



Ihr Traumfeder Verlag



## IN DIESEM KATALOG

- 04 DURCH DEINE AUGEN**  
Eine inspirierende Lebensgeschichte über Achtsamkeit und Selbstliebe

---

- 08 TIM REINHOLD**  
Humorvolle Alltagssatire mit Tiefgang und gesellschaftlichem Blick

---

- 12 UNNÜTZES WISSEN-UNIVERSUM**  
Kuriose Fakten, spannende Themenwelten und neue Reihen

---

- 14 STRESSABBAU DURCH DIE KRAFT DER VORSTELLUNG**  
Mit Imagination zu innerer Ruhe und Gelassenheit

---

- 16 DER GLP-1 CODE**  
Die Biologie hinter Hunger Sättigung und natürlichem Abnehmen



BELLETRISTIK MEETS RATGEBER

# Eine Geschichte verändert den Blick auf das Leben.

---

*Dieses Buch entstand  
aus dem Wunsch,  
einen Menschen  
niemals zu vergessen.*





Bild: Lara Jane Schumacher

## KATHARINA KUGELMEIER

machte aus Tinas Ideen, Gedanken und Erinnerungen eine zu tiefst berührende Geschichte über Nähe, Menschlichkeit und die Kraft kleiner Momente.

“Dieses Buch  
begann mit einer  
Erinnerung.”



## TINA SCHUMACHER

hatte die Idee, ihrer ungebo-  
renen Tochter einen geliebten  
Menschen über ein Buch  
näherzubringen.



Ein erzählender Ratgeber.  
Einfühlsam. Berührend. Echt.



Für Leser:innen die  
Tiefe und Authentizität  
suchen.



Mit authentischen Charak-  
teren und feinem Gespür für  
emotionale Themen.



Über Mitgefühl,  
über Verlust,  
über das, was wirklich  
wichtig ist

# 5 Fragen. Eine Reise. Ein neuer Blick *auf das Leben.*

EIN ERZÄHLENDER RATGEBER,  
DER HERZ UND SEELE VERBINDET.

Eine emotionale Reise durch Erinnerungen, Verlust, Nähe  
und die Frage, was im Leben wirklich zählt.

Zwischen leisen Cafégesprächen, alten Wunden und unerwarteten Begegnungen entfaltet sich eine Geschichte über  
Achtsamkeit, Selbstliebe und die Kraft kleiner Momente.

“Manchmal verändert  
ein einziges Erlebnis  
den ganzen Blick  
auf sich und die Welt”

## DIE 5 WICHTIGSTEN LEBENSFRAGEN

1

Was ist das wichtigste  
im Leben?

—

2

Wann bis du  
wertvoll?

—

3

Wann bist du  
zufrieden?

—

4

Wie entsteht  
Leichtigkeit?

—

5

Wie gut kannst du  
loslassen?



Inspiriert  
von einer echten  
Lebensgeschichte



## FÜR LESER:INNEN, DIE...



emotionale Geschichten  
lieben, die inspirieren  
und berühren



auf der Suche nach mehr  
Achtsamkeit, Selbstliebe  
und innerer Klarheit  
sind.



ein besonderes Buch  
verschenken möchten,  
mit Tiefgang und Herz



### WAHRE GESCHICHTE, ECHTE EMOTIONEN

Inspiriert vom Leben,  
erzählt mit aufrichtiger  
Tiefe.



### AUTHENTISCH WARM UND NAHBAR

Statt klassischer Ratgeber-  
logik erwartet den Leser eine  
erzählerische Reise voller  
ehrlicher Gefühle und Verlet-  
zlichkeit.



### INKLUSION & VERSTÄNDNIS

Mit einem sensiblen Blick auf  
Anderssein, Akzeptanz und die  
Kraft, über den eigenen Hori-  
zont hinauszublicken.



ISBN  
978-3-9826513-3-0 TB  
978-3-9826513-5-4 HC



FORMAT  
13,97 × 21,59



ET  
01.03.2025



SEITEN  
207



WARENGRUPPE  
1 481 Ratgeber/Lebenshilfe, Persönliche  
Entwicklung



PREIS  
€ 19,99 [D] / 20,60 [A]

# Humor ist manchmal nur **Wahrheit** *mit besserem Timing.*

Tim Reinhold sammelt Momente. Alltägliche Sätze, die im Vorbeigehen fallen, und Blicke die mehr sagen als sie sollten.

Aus diesen Beobachtungen entstehen Geschichten, die wir alle kennen und erleben - uns aber selten intensiver damit befassen.

**Satirisch. Ehrlich. Treffend.**  
Humor als Werkzeug, um das Absurde des Alltags sichtbar zu machen.

”

Was ich, laut Internet, alles bin:  
Links. Rechts. Woke. Schwurbler.  
Gutmensch. Menschenfeind.  
Zerstörer der Welten

Satiriker.

*Fuer Tim*

# Tims Geschichte

## AUS DEM RUHRGEBIET

Geboren 1984. Aufgewachsen zwischen Ruhrpott-Charme und ehrlichen Menschen, entwickelte er einen scharf beobachteten Humor, der die kleinen Absurditäten des Alltags treffsicher auf den Punkt bringt.

## MITTEN IM LEBEN

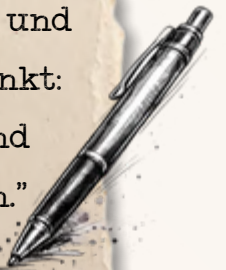
Vater, Satiriker, Autor und Gesundheits- & Krankenpfleger. Vor allem aber: jemand, der den Menschen genau zuhört.

## BEKANT AUS SOCIAL MEDIA

Durch seine Treffsicheren Alltagsbeobachtungen auf Facebook hat er eine sechsstellige Leserschaft erreicht. Monatlich millionenfach gelesen und geteilt.



“Ich habe viele Jobs gemacht und alle haben mir so viel geschenkt: Freiheit, Bekanntschaften und jede Menge verrückter Ideen.”



## ÜBER 130.000 MENSCHEN FEIERN SEINEN HUMOR

Zehntausende Kommentare. Tausende geteilte Beiträge.  
Eine Community, die sich in seinen Geschichten wiederfindet.



# Recht haben ist leicht. Zuhören nicht.

Tim schreibt pointierte Kurzgeschichten direkt aus dem Alltag. Über Menschen, Politik, Gesellschaft - und über alles das, worüber es sich lohnt genauer hinzuhören.

Treffericher, ehrlich und knallhart direkt, wird es genau da komisch, wo es weh tut - weil wir uns alle darin wiederfinden.

*“Das war doch gar nicht so gemeint.”*

*“Du verstehst einfach nicht, worum es geht.”*

*“Ich habs doch nur gut gemeint.”*

*“Worum gin es nochmal?”*

”

Ich beobachte und schreibe.  
Und manchmal muss ich eben  
lachen - weil es zum Weinen nicht  
mehr reicht.

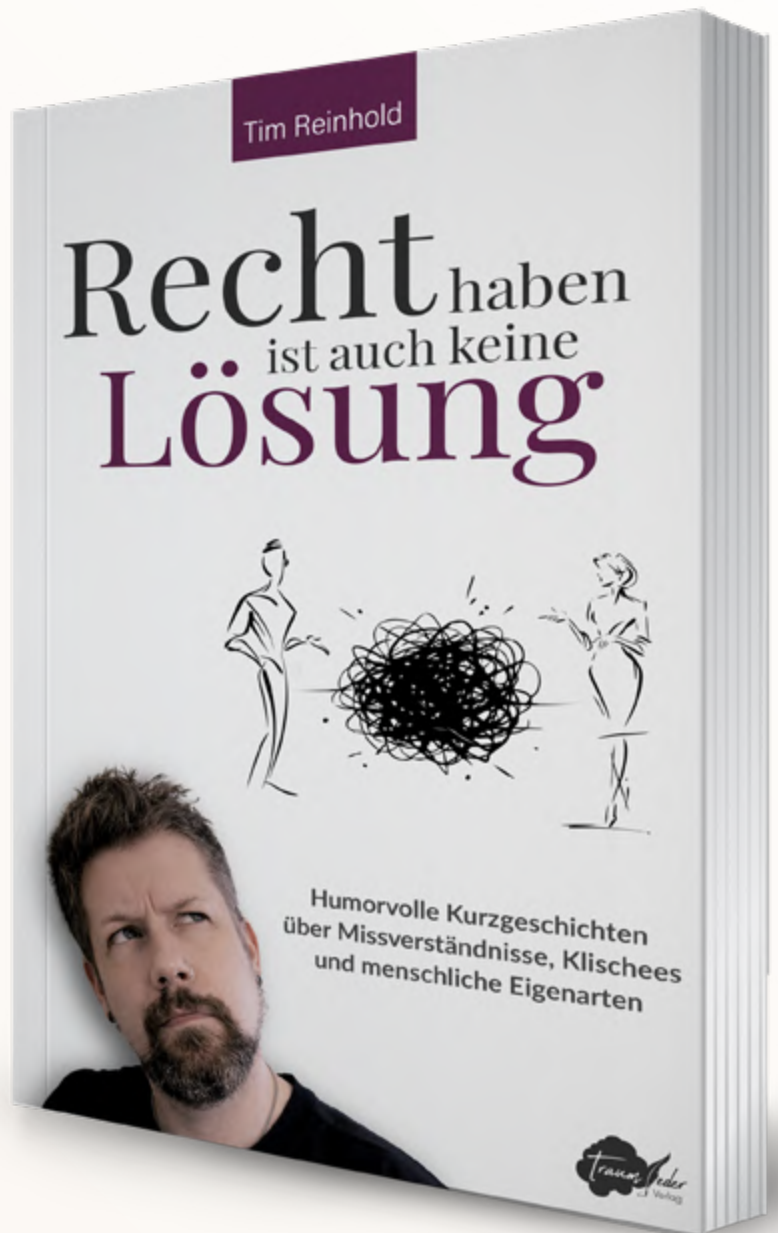
Tim Reinhold

”

Menschen sind  
nicht kompliziert,  
Sondern einfach nur  
seltsam.

Ein Buch über Missverständnisse,  
Klischees und menschliche Eigenar-  
ten.

Ein satirisches “Best-of” menschlicher  
Misskommunikation - serviert in leicht  
verdaulichen Häppchen, gewürzt mit  
Sarkasmus, einer Prise Selbstironie  
und jede Menge “Oh Gott, genau so ist  
es!”-Momenten



ISBN  
978-3-9828670-0-7



FORMAT  
13,97 × 21,59



SEITEN  
201



PREIS  
€ 17,95 [D] / 18,50 [A]



ET  
12.04.2026

# Geschenkbücher, die man nicht mehr weglegt.

ÜBER  
**8.500**  
VERKAUFTE  
EXEMPLARE  
DANKE, IHR  
KLUGSCHEISSER

Faszinierende Fakten, überraschendes Wissen und verrückte Erkenntnisse. Unterhaltsam verpackt für neugierige Köpfe.

Zum Lachen, Staunen, Weitererzählen und Entdecken neuer Welten.



Perfekt als Geschenk für:

- Familie
- Freunde
- Kollegen
- Klugscheißer

**KLEIN IM FORMAT.  
GROSS IN DER WIRKUNG!**

## DIE WELT WIRD GRÖßER!

DIE NÄCHSTEN THEMENWELTEN SIND BEREITS IN ENTWICKLUNG:



GRIECHISCHE  
MYTHOLOGIE



ALTES  
ÄGYPTEN



PIRATEN &  
SEERÄUBER

...UND  
VIELES  
MEHR!

# DAS KLUGSCHEISSER-UNIVERSUM WÄCHST WEITER!



## Vol. 1

DER ANFANG UNSERER REIHE

Unser erster Band mit 400 irrwitzigen Fakten, die für jede Menge "Wow-Momente" sorgen!



ISBN  
978-3-9825687-1-3



SEITEN  
119



ET  
02.11.2023



FORMAT  
13,34 × 21,32



PREIS  
€ 11,99 [D] /  
12,40 [A]



## Vol. 2

NOCH MEHR FAKTEN ZUM SCHMUNZELN

400 neue faszinierende Fakten für alle, die nicht genug bekommen.



ISBN  
978-3-9825687-9-9



SEITEN  
119



ET  
21.08.2024



FORMAT  
13,34 × 21,32



PREIS  
€ 11,99 [D] /  
12,40 [A]



## COMPLETE EDITION

DAS GESAMTE WISSEN FÜR PROFIS.

Vol. 1 + Vol. 2 im Bundle.

800 Fakten, doppelt abgefahren, doppelt gut.



ISBN  
978-3-9827446-4-3



SEITEN  
235



ET  
28.10.2025



FORMAT  
13,34 × 21,32



PREIS  
€ 15,95 [D] /  
16,40 [A]

# Stress abbauen. Innere Balance finden.

*Durch die Kraft der Vorstellung.*

Geführte Imaginationsübungen, beruhigende Bilder und kleine Rituale helfen, im hektischen Alltag zur Ruhe zu kommen und neue Kraft zu schöpfen.



## DIE AUTORIN

Brigitte Geupel

Psychotherapeutin & Autorin

Mit viel Herz und Erfahrung begleitet sie Menschen auf dem Weg zu mehr innerer Balance, Selbstfürsorge und mentaler Stärke. Ihr Wissen gibt sie in diesem Buch inspirierend und alltagstauglich weiter.



Achtsamkeit  
kultivieren



Gedanken  
lenken



Loslassen &  
Entspannen



Kraftquelle  
stärken



## Achtsamkeit zum Lesen, Hören und Erleben.

„Stressabbau durch die Kraft der Vorstellung“ verbindet klassische Buchinhalte mit therapeutischer Imaginationsarbeit, stimmungsvollen Bildwelten und begleitenden Audios.

Die erfahrene Psychotherapeutin Brigitte Geupel macht Methoden aus der Praxis für ein breites Publikum zugänglich – ruhig, hochwertig und alltagstauglich.

Ein besonderes Geschenk- und Impulsbuch für die Themen mentale Gesundheit, Selbstfürsorge und Entschleunigung.

### WAS DEN LESER ERWARTET



40 GEFÜHRTE IMAGINATIONSÜBUNGEN  
für verschiedene Lebenssituationen



40 BEGLEITENDE AUDIOS  
zur Entspannung und Vertiefung



KURZE 10-MINUTEN-EINHEITEN  
leicht in den Alltag integrierbar



BILDER ZUR STÄRKUNG DER VORSTELLUNG  
inspirierend, stärkend, wohltuend



ISBN  
978-3-9826513-1-6



FORMAT  
15,24 × 22,86



SEITEN  
214



PREIS  
€ 19,99 [D] /  
20,60 [A]



ET  
09.11.2024

“Nichts bringt uns  
auf unserem Weg besser  
voran als eine Pause —

# Gesundheit ist längst mehr als nur ein Trend.

*Sie ist zur Frage unserer  
Zeit geworden*

Während die Forschung neue Zusammenhänge aufdeckt,  
schaffen wir Bücher, die Wissen verständlich machen -  
bevor es zum Mainstream wird.

“Der GLP-1 Code” ist unser Blick voraus:

Ein Thema, das die Gesundheit von Millionen Menschen  
beeinflusst - schon heute.

Das Buch bringt Klarheit in einen komplexen Prozess  
und zeigt, wie das körpereigene GLP-1 System  
auf natürliche Weise aktiviert werden kann.



Menschen suchen heute  
mehr als nur Information.  
Sie suchen Orientierung



Gesundheit wird  
persönlicher, bewusster  
und alltagstauglich.



Bücher helfen, Zusammen-  
hänge wieder verständlich zu  
machen.



Wenn Wissen emotional  
greifbar wird, bleibt es im  
Kopf - und im Leben.



WISSEN,  
DAS MORGEN DEN  
ALLTAG VERÄNDERT

HEUTE  
VERSTÄNDLICH  
GEMACHT



ISBN  
978-3-9827446-7-4



FORMAT  
15,24 × 22,86



SEITEN  
155



PREIS  
€ 17,99 [D] /  
18,50 [A]



ET  
22.02.2026

#### DAS SAGEN LESER:INNEN

“★★★★★

“Endlich mal ein Buch, dass die biologischen Zusammenhänge verständlich erklärt und natürliche Wege aufzeigt.”

“★★★★★

“Hat meinen Blick auf Hunger und Essen komplett verändert. Leicht verständlich ohne zu viel -wissenschaftliches Blabla-”

“★★★★★

“Echt verständlich erklärt, hätte nicht gedacht, was alles dahintersteckt. Das Buch motiviert mich und gibt mir neue Hoffnung.”

*Ein Buch, das nicht urteilt.  
Nicht belehrt.  
Sondern Perspektiven öffnet.*

UNSER VERLAG

# Zwischen gesellschaftlichem Wandel und relevanten Büchern liegt Aufmerksamkeit.

---

Die Welt verändert sich immer schneller, komplexer und lauter. Wir möchte dabei beobachten, zuhören und die richtigen Fragen stellen.

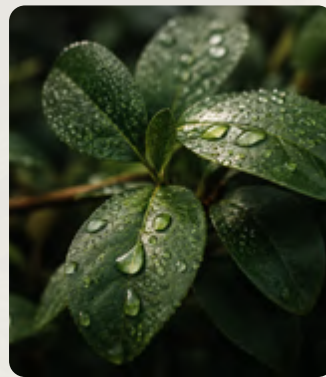
Aus Erkenntnis entstehen Bücher, die Orientierung geben, inspirieren und begleiten sollen.

*Wir denken weiter.  
Für Bücher, die  
verändern.*



Wissen beginnt dort,  
wo Menschen genauer  
hinschauen.

Zukunft entsteht  
durch Perspektive





*Das große Ganze sehen*

## Was uns *antreibt*

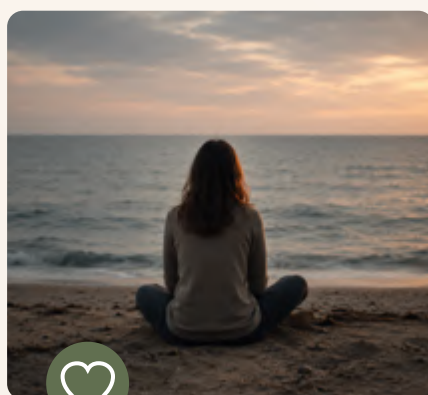
Wir möchten sehen was andere übersehen.  
Wir möchten Wissen, Wissenschaft, Erfahrung und echtes Interesse am Menschen verbinden - und daraus Bücher machen, die Perspektiven öffnen.

## Wir beobachten...



### **Gesellschaft im Wandel**

Neue Bedürfnisse, Werte und Lebensrealitäten erkennen wir frühzeitig.



### **Sehnsucht nach Echtheit**

Entschleunigung. Sinnsuche und persönliches Wachstum sind mehr als Trends.



### **Verstehen statt funktionieren**

Ein Gegenpol zu Tempo und Reizüberflutung – und wieder näher am eigenen Leben sein.

---

...und erkennen,  
was Menschen morgen *bewegt*.

# Bücher entstehen dort, wo Menschen verstanden werden.

---

Danke, dass Sie diesen  
Weg mit uns gehen.



---

**Traumfeder Verlag**  
inh. Ilias Stefanidis  
Alfred-Heinze-Str. 14  
58513 Lüdenscheid

✉ [info@traumfeder-verlag.de](mailto:info@traumfeder-verlag.de)

🌐 [www.traumfeder-verlag.de](http://www.traumfeder-verlag.de)

Erhältlich über



**Libri GmbH**  
[www.libri.de](http://www.libri.de)



**Umbreit GmbH & Co. KG**  
[www.umbreit.de](http://www.umbreit.de)



**Direktbezug**  
Gerne auch direkt  
bei uns bestellen.

Ansprechpartner  
für Buchhandlungen

**Vertrieb & Kooperation**

Ilias Stefanidis

✉ [vertrieb@traumfeder-verlag.de](mailto:vertrieb@traumfeder-verlag.de)

---

**Impressum**

Traumfeder Verlag | Ilias Stefanidis  
Alfred-Heinze-Str. 14  
58513 Lüdenscheid  
+49 02351 89 54 929  
[info@traumfeder-verlag.de](mailto:info@traumfeder-verlag.de)  
Ust.-ID: DE359892585

**Editorial Design & Art Direction**  
Ilias Stefanidis

**Bildquellen**  
Adobe Stock & lizenzierte KI-Visuals



[traumfeder-verlag.de](http://traumfeder-verlag.de)