



# **MAIRISCH VERLAG**

**PROGRAMM  
HERBST 2020**

»Bortnes Betrachtungen über den Schlaf haben schon fast poetische Qualität. Ein großartiger Einstieg ins Thema.«

ERIKA FLATLAND, AFTENPOSTEN

## Schlaflos

.....

»Dieses Buch ist für all diejenigen, die Probleme mit dem Schlafen haben. Es ist die Geschichte über ein Leben ohne Schlaf, aber auch über das Verhältnis der Menschen zum Schlaf überhaupt. Wie hat man früher geschlafen? Was passiert, wenn wir schlafen? Und die allerwichtigste Frage von allen, falls Sie selbst Probleme mit dem Schlafen haben: Was hilft?

Nach sechzehn Jahren wurden meine eigenen Schlafprobleme nahezu über Nacht schlimmer. Womit ich bis dahin irgendwie leben konnte, funktionierte nicht mehr. Ich begann mit jenen Behandlungen, die die meisten schlaflosen Menschen ja nur allzu gut kennen: zuerst Tabletten, dann Kräuter, Meditation, Akupunktur, Yoga. Gleichzeitig begann ich, Bücher über den Schlaf und Schlafstörungen zu lesen, und zwar nicht nur Selbsthilfebücher, sondern auch medizinische, psychologische und historische Fachliteratur zum Thema Schlaf. Ich fand kein einziges Buch, das für Leute mit ernsthaften Schlafproblemen gedacht war. Die meisten richteten sich an die, die schlafen können, sich aber dagegen entschieden haben, oder an solche, die begriffen haben, dass sie mehr schlafen sollten. Schlaflosigkeit ist bestenfalls ein untergeordnetes Thema und all die wohlmeinenden, aber auch oberflächlichen Ratschläge für Schlaflose sind natürlich nicht als Kur für chronische und ernsthafte Gesundheitsprobleme gedacht. Das Merkwürdigste dabei ist jedoch der Hauch des Geheimnisvollen, mit dem wir den Schlaf und unsere Probleme damit immer noch umgeben. Noch nie zuvor haben die Wissenschaft oder die Menschen im Allgemeinen mehr über den Körper und die Gesundheit gewusst als heute. Warum verhalten wir uns also dem Schlaf gegenüber so, als wäre er etwas so Geheimnisvolles?« *Anders Bortne*

---



# • Schlaflos

## Wie ich nach tausend Nächten endlich Ruhe fand

An einem schönen Frühlingstag stellt der Autor Anders Bortne beim Beziehen des Ehebettes fest, dass seine Seite der Matratze so aussieht, als hätte er kaum darauf gelegen – und er muss sich eingestehen, dass das stimmt: Anders Bortne leidet seit 16 Jahren an Schlaflosigkeit. Viele Nächte schläft er überhaupt nicht, manchmal findet er für wenige Stunden Ruhe auf der Couch. Teilweise ist er so müde, dass er seine Kinder nicht im Auto zur Kita bringen kann, aus Angst davor, am Steuer einzuschlafen. Wie er selbst leiden auch seine Familie und sein Umfeld unter seinen Stimmungsschwankungen. Bortne erkennt, dass es so nicht weitergeht, er will eine dauerhafte Lösung für sein Schlafproblem finden und zwar ohne Medikamente.

Und so nimmt uns der Autor mit auf eine Odyssee, bei der er Wissen über Schlaf und Insomnie aus der ganzen Welt zusammenträgt, Ärzte und Schlafforscher besucht und an deren Ende er wirklich eine Lösung für seine Schlafprobleme findet. Ein klug und unterhaltsam erzähltes Buch für alle, die ihren Schlaf besser verstehen und vielleicht endlich einmal wieder fest schlafen möchten.

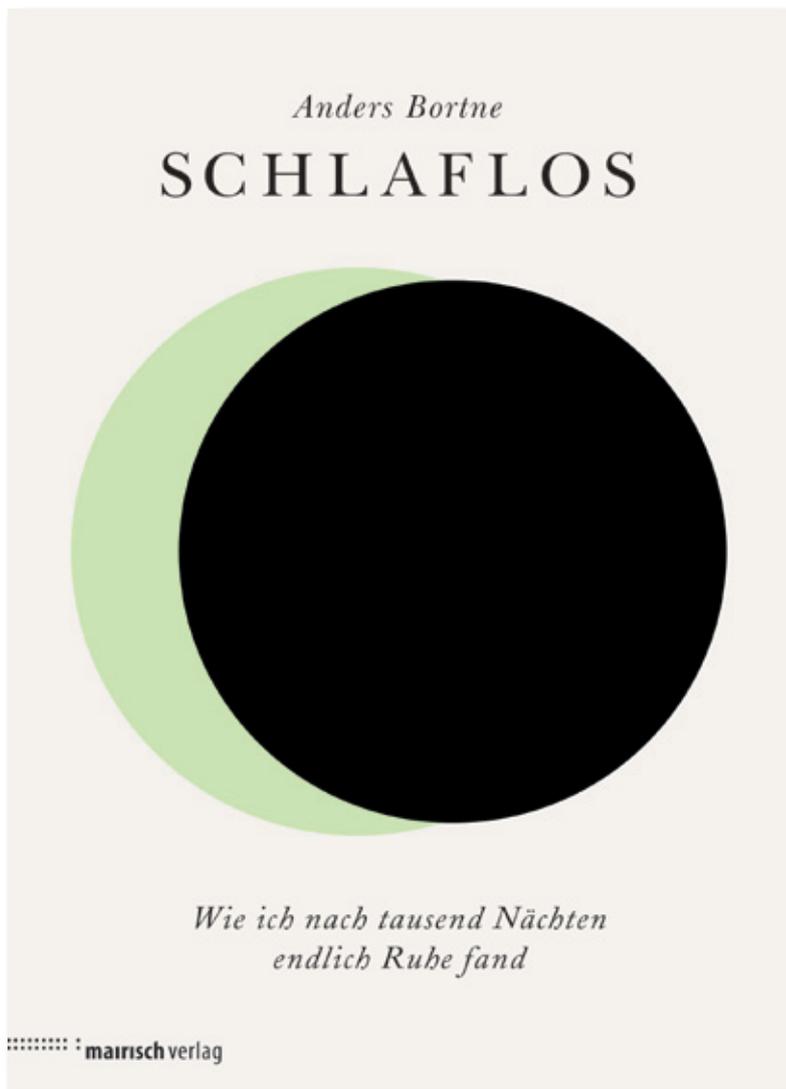
.....



### Anders Bortne

Anders Bortne (\*1973) ist nicht nur Jurist und Redenschreiber für das Norwegische Justizministerium, sondern auch Musiker, Comic-Zeichner und Schriftsteller. Nach einigen Romanen und Erzählungen ist *Schlaflos* sein erstes Sachbuch. Der Bestseller aus Norwegen erscheint in diesem Jahr auch in Dänemark und Großbritannien.

Cover  
leuchtet im  
Dunkeln!



Anders Bortne

## Schlaflos – Wie ich nach tausend Nächten endlich Ruhe fand

Erzählendes Sachbuch

Aus dem Norwegischen von Sabine Richter

Hardcover mit Lesebändchen, farbigem  
Vorsatzpapier und Glow-in-the-Dark-Cover  
ca. 224 Seiten | ca. 22,- Euro

ISBN 978-3-938539-61-3

Auch als E-Book erhältlich

Erscheint am 28. September 2020



## Sabine Richter

Sabine Richter ist Germanistin und Skandinavistin, mit Schwerpunkt Norwegen. Sie lebt und arbeitet als Übersetzerin und Dolmetscherin in Wien und Oslo und unterrichtete u.a. Norwegisch an der Humboldt-Universität zu Berlin und viele Jahre deutsche Literatur u.a. an der Universität Oslo.

# • SPRING #17 – Gespenster

»Die mittlerweile wichtigste Comic-Anthologie Deutschlands.«

THOMAS HUMMITZSCH, ROLLING STONE

Kann man Geister zeichnen? Oder Gespenster vielleicht? Und warum fürchten wir uns eigentlich vor ihnen? Wir kennen sie seit unserer Kindheit, sie huschen durch unsere Erinnerungen, füllen gruselige, verlassene Orte und schauen uns im Spiegel an. Die Menschen kannten sie zu allen Zeiten, in Vergangenheit und Gegenwart.

In der aktuellen Ausgabe des SPRING-Magazins zeichnen die 16 Illustratorinnen geliebte wie auch vergessene Gespenster. Sie führen uns durch analoge und digitale Geisterstädte, beschäftigen sich mit dem Gespenst des Kapitalismus und mit dem Gespenstischen in den Emotionen. Sie versuchen, die Geister und Dämonen, die uns in ruhigen Stunden heimsuchen, einzufangen und sichtbar zu machen, in der Hoffnung, ihnen dadurch etwas von ihrem Grusel zu nehmen. Und sie fragen sich, woher die Gespenster kommen – und warum sie uns letztlich nie loslassen.

SPRING wurde 2004 in Hamburg gegründet. Seitdem erscheint jeden Sommer ein neuer Band der Anthologie, der die unterschiedlichen Arbeiten aus den Bereichen Comic, Illustration und freier Zeichnung zu jeweils einem Thema bündelt. Die Gruppe besteht seit Beginn ausschließlich aus Frauen und ist mittlerweile ein solides und wichtiges Netzwerk für Zeichnerinnen in Deutschland.

.....



## Die Zeichnerinnen

Mit Comics, Illustrationen & Texten von Larissa Bertonasco, Romy Blüml, Almuth Ertl, Anke Feuchtenberger, Doris Freigofas, Katharina Gschwendtner, Mari Kanstad Johnsen, Inga Kählke, Sarah Mazzetti, moki, Nina Pagalies, Katrin Stangl, Kati Szilagyi, Birgit Wehje, marialuisa und Stephanie Wunderlich.

[www.springmagazin.de](http://www.springmagazin.de)

Cover  
leuchtet im  
Dunkeln!



Spring (Hg.)

## Spring #17: Gespenster

Illustrationen, Comics und Texte  
von 16 Zeichnerinnen

Deutsch mit englischen Untertiteln

Broschur, vierfarbig mit  
Glow-in-the-Dark-Cover  
ca. 224 Seiten | ca. 24,- Euro  
ISBN 978-3-938539-60-6  
Erscheint am 1. September 2020



# • TORONTO

»Eine kanadische Studentin schwärmt von Deutschland, wie billig das Bier dort sei. Für den Preis eines Sixpacks bekomme man in Kanada noch nicht einmal ein Becks. Bier sei in Deutschland überdies ganz alltäglich, das trinke man sogar in der Mittagspause. Leider aber, seufzt sie, könne man es mit nichts mischen.«

Marc Degens hat die letzten vier Jahre lang von Toronto aus Kanada erkundet: Er ist durch die weiten Wälder und Seenlandschaften gefahren, war auf Walbeobachtungstour, auf einem durchgedrehten Peaches-Konzert, bei dem nicht nur sie selbst, sondern auch ihre Mutter auftrat, in diversen Comic-Läden, hat auf den hügeligen Straßen Québecs die Nationalspeise *Poutine* (Pommes mit Bratensoße und Käsestücken) probiert, den Wahlsieg von Justin Trudeau live miterlebt und sich auf den Spuren von David Lynchs *Twin Peaks* bewegt.

Degens hat über seine Erfahrungen und Abenteuer ein Reisetagebuch geführt und lässt uns auf lustige und kluge Weise an seinen Gedanken über Land, Leute und Kultur teilhaben. Ein Buch über das Lesen und Schreiben. Über Reisen, Wale und Eisberge. Über Toronto, Kanada, Nordamerika, seine Menschen und ihre Mentalität.

»Der Alltag – was ist das? Meistens weiß man das erst, wenn der Alltag bedroht ist. Marc Degens notiert, was die Tage bringen. Hier wie dort: Bücher, Comics, Filme, Konzerte, Betten, Landschaften und Mahlzeiten, die ganze verbrachte Zeit, die transportierten Sachen und außerdem das Wetter.«

MONIKA RINCK

Der Autor steht für Veranstaltungen zur Verfügung.



Auf Instagram: #kanadischeaufzeichnungen



## Marc Degens

Marc Degens, \*1971 in Essen, ist Schriftsteller und Programmleiter des SUKULTUR Verlags. Er veröffentlichte bislang vier Romane, zuletzt *Das kaputte Knie Gottes* und *Fuckin Sushi* sowie seine armenischen Aufzeichnungen *Eriwan*. Seine Romankolumne *Unsere Popmoderne* erschien in der *FAZ* und in *Volltext*. 2014 erhielt er den Hugo-Ball-Literaturförderpreis. Nach Jahren in Armenien und Kanada lebt er jetzt in Hamburg.

[www.mdegens.de](http://www.mdegens.de)



Marc Degens

## Toronto

### Aufzeichnungen aus Kanada

Reisejournal

Broschur

144 Seiten | 12,- Euro

ISBN 978-3-938539-59-0

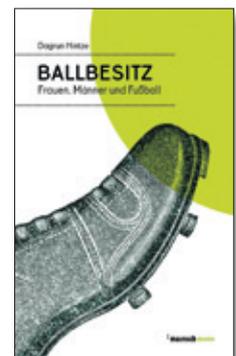
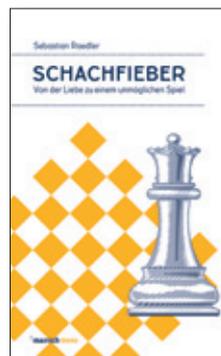
Auch als E-Book erhältlich

Bereits erschienen



## Mehr mairisch-mono:

- > Sebastian Raedler über die Liebe zum Schach
- > Malte Härtig über die japanische Küche
- > Dagrún Hintze über Frauen und Fußball



# Ich war spazieren auf 'nem Regenbogen – Wahr oder gelogen?

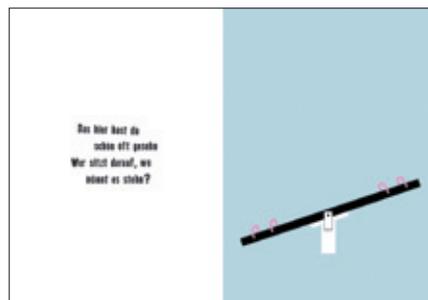
Pflückt man Regentropfen von Bäumen? Reiten Cowboys auf Blumen? Überleben Schneemänner auch im Sommer? Und quillt aus der blauweißen Tube Zahnpasta – oder doch eine gefräßige Raupe? Carolin Löbbert fragt in humorvollen Bilderrätseln, was wahr und was gelogen ist. Sie lädt zum Staunen, Fragen, Zeigen, Herumspinnen und Lachen ein.

Für Kinder ab 3 Jahren.

Ein Bild – zwei mögliche Antworten!

»Ein kreatives, hinreißend gezeichnetes Buch (nicht nur) für junge Leser!«

NOVUM



## Carolin Löbbert

Carolin Löbbert studierte Illustration und Grafik an der HAW Hamburg. Ihre Arbeiten waren in diversen Ausstellungen zu sehen – unter anderem in Tokio, Antwerpen und Berlin – und wurden in Magazinen und Anthologien veröffentlicht. Sie ist Mitglied der Künstlerinnengruppe SPRING und arbeitet für verschiedene internationale Verlage, Agenturen und Labels. *Ich war spazieren auf 'nem Regenbogen – Wahr oder gelogen?* ist ihr erstes Kinderbuch. | [www.carolinloebbert.de](http://www.carolinloebbert.de)

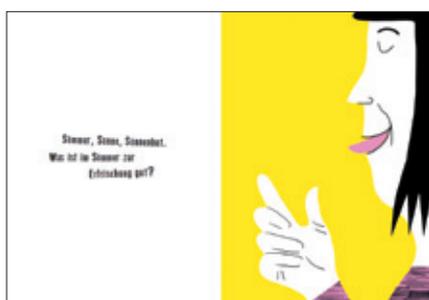


Carolin Löbbert

# Ich war spazieren auf 'nem Regenbogen – Wahr oder gelogen?

Bilderbuch  
ab 3 Jahren

Hardcover mit farbigem Vorsatzpapier  
80 Seiten, 4-farbig | 18,- Euro  
ISBN 978-3-938539-58-3  
Bereits erschienen

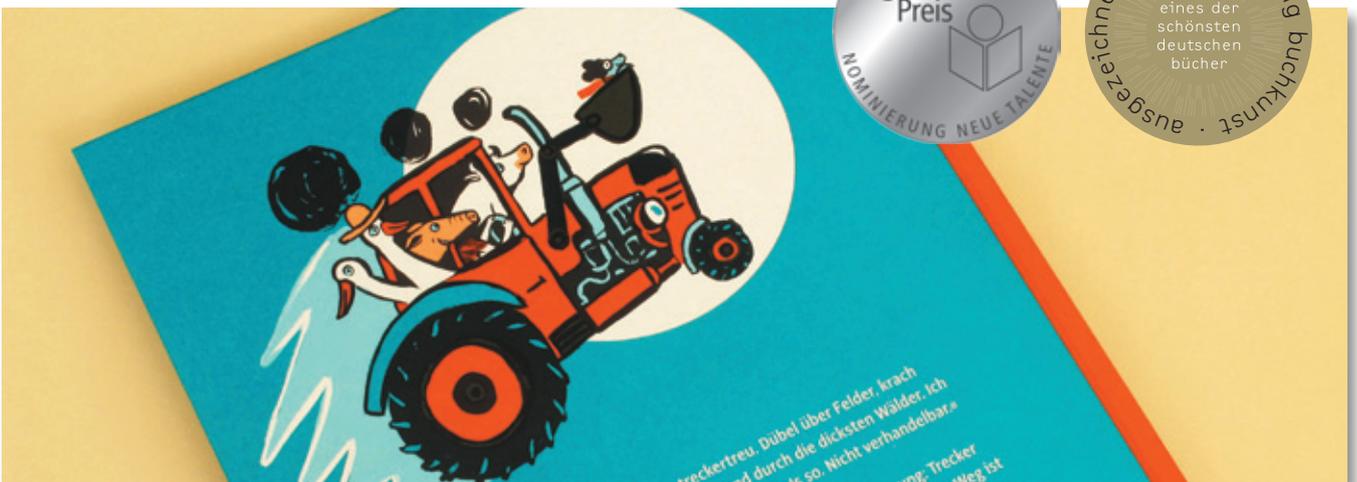


# Peter – Kater auf zwei Beinen

Gastland  
FBM 2020:  
Kanada!

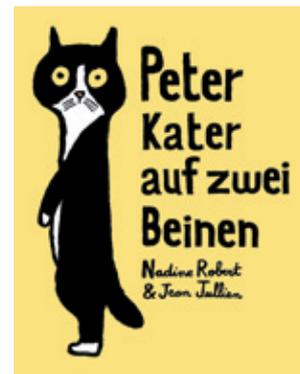
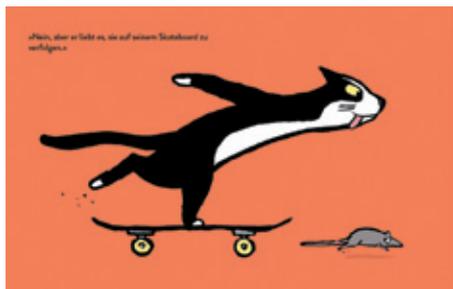


# Trecker kommt mit



# Die Reise z. Mittelpunkt des Waldes





Nadine Robert & Jean Jullien

### Peter – Kater auf zwei Beinen

Bilderbuch | Ab 3 Jahren | Aus dem Französischen von Daniel Beskos

Hardcover, 4-farbig | 56 Seiten | 16,- Euro | ISBN 978-3-938539-56-9



Finn-Ole Heinrich & Dita Zipfel / Halina Kirschner

### Trecker kommt mit

Illustriertes Kinderbuch | Ab 3 Jahren | Hardcover, 3-farbig

32 Seiten | 15,- Euro | ISBN 978-3-938539-48-4



Finn-Ole Heinrich & Rán Flygenring

### Die Reise zum Mittelpunkt des Waldes

Reuberroman | Ab 8 Jahren | Mit zahlreichen Illustrationen und Tutorials |

Hardcover, 2-farbig | 184 Seiten | 20,- Euro | ISBN 978-3-938539-51-4



## DIE PHILOSOPHIE DES ...



### ... SINGENS

»Ein Mosaik, das zeigt, wie elementar und zentral Singen für unser Leben ist.«

DAGMAR PENZLIN, NDR KULTUR

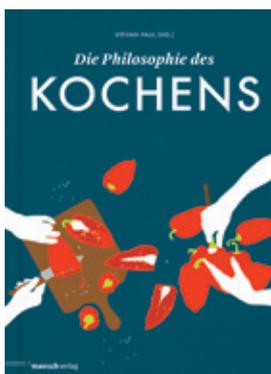


Bettina Hesse (Hg.) – **Die Philosophie des Singens**

Hardcover mit Lesebändchen und Titelprägung, 2-farbig

272 Seiten | 22,- Euro | ISBN 978-3-938539-55-2

---



### ... KOCHENS

»Ein prima Buch für alle, die sich fürs Kochen und Essen auf einer intellektuellen Ebene interessieren.«

ESTHER WILLBRANDT, RADIO BREMEN

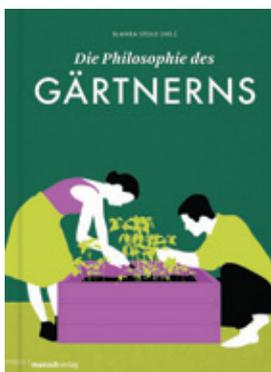


Stevan Paul (Hg.) – **Die Philosophie des Kochens**

Hardcover mit Lesebändchen und Titelprägung, 2-farbig

240 Seiten | 20,- Euro | ISBN 978-3-938539-49-1

---



### ... GÄRTNERNS

»Erднаh, klug, überraschend.«

HEINZ GORR, BR2



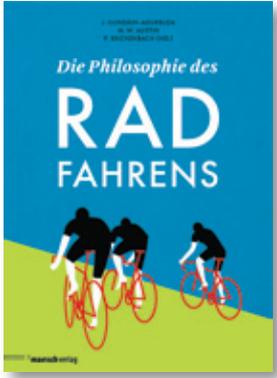
Blanka Stolz (Hg.) – **Die Philosophie des Gärtnerns**

Hardcover mit Lesebändchen und Titelprägung, 2-farbig

224 Seiten | 18,90 Euro | ISBN 978-3-938539-43-9

---

Unsere  
Bestseller-  
Reihe!



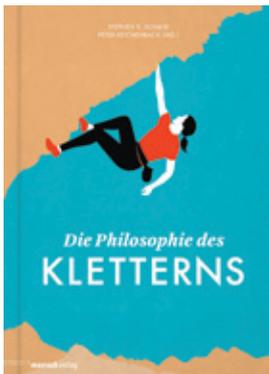
## ... RADFAHRENS

»Ein sehr schönes Buch mit der großen  
Überschrift: Fahrt Fahrrad!«

JÖRG PETZOLD, FLUX FM



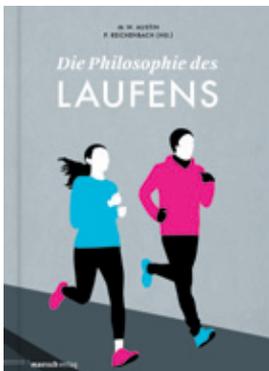
Ilundáin-Agurruza / Austin / Reichenbach (Hg.) – **Die Philosophie des Radfahrens**  
Hardcover mit Lesebändchen und Titelprägung, 2-farbig  
208 Seiten | 18,90 Euro | ISBN 978-3-938539-26-2



## ... KLETTERNS

»Eine kluge Schwärmerei; getragen von  
der Lust auf einen Sport, der einen an die  
eigenen Grenzen führt – und wenn es  
glückt, darüber hinaus.« STERN

Stephen E. Schmid / P. Reichenbach (Hg.) – **Die Philosophie des Kletterns**  
Hardcover mit Lesebändchen und Titelprägung, 2-farbig  
224 Seiten | 19,90 Euro | ISBN 978-3-938539-33-0



## ... LAUFENS

»Für alle, die sich dem Thema Laufen mal  
ganz anders nähern wollen.«

BRIGITTE

Michael W. Austin / P. Reichenbach (Hg.) – **Die Philosophie des Laufens**  
Hardcover mit Lesebändchen und Titelprägung, 2-farbig  
200 Seiten | 18,90 Euro | ISBN 978-3-938539-37-8



mairisch ist ein Independent-Verlag aus Hamburg. Seit 1999 veröffentlichen wir nur, was uns am Herzen liegt: **Roman, Erzählband, Kinderbuch, Graphic Novel, Sachbuch, Hörspiel** oder **Musik**. Und wir legen dabei Wert auf hochwertige Gestaltung, gründliches Lektorat und eine langfristige, freundschaftliche Zusammenarbeit mit unseren Autor\*innen und Musiker\*innen. 2013 erfand mairisch den **Indiebookday**. 2014 **Förderpreis der Kurt-Wolff-Stiftung**, 2015 **Karl-Heinz-Zillmer-Preis**, 2019 **Deutscher Verlagspreis**.

Liebe Buchhändler\*innen, liebe Journalist\*innen: Wir schicken Ihnen gerne **Lesexemplare**, natürlich auch als **E-Book**. Und natürlich bieten wir auch sehr gerne **Verlagsabende** bei Ihnen in der Buchhandlung an, an denen wir unser Programm, unsere Autor\*innen und unsere Arbeit vorstellen.

.....

## Verlag

mairisch Verlag  
Schwenckestr. 68  
20255 Hamburg  
T 040-68 89 67 55  
kontakt@mairisch.de  
www.mairisch.de

## Presse- & Öffentlichkeitsarbeit

Stefanie Ericke-Keidtel  
stefanie.ericke@mairisch.de  
T 030-69 53 18 15

## Foreign Rights

daniel.beskos@mairisch.de

## Auslieferung

GVA  
Postfach 2021 | 37010 Göttingen  
T 05 51-38 42 00 0  
F 05 51-38 42 00 10  
bestellung@gva-verlage.de  
www.gva-verlage.de

## Vertretung (D)

Regina Vogel | vogel@buero-indiebook.de  
Berlin, Brandenburg, Hessen, Mecklenburg-  
Vorpommern, Sachsen, Sachsen-Anhalt, Thüringen

Christiane Krause | krause@buero-indiebook.de  
Bremen, Hamburg, Niedersachsen, Nordrhein-  
Westfalen, Schleswig-Holstein

Michel Theis | theis@buero-indiebook.de  
Baden-Württemberg, Bayern, Rheinland-Pfalz, Saarland

büro indiebook | T 089-12 28 47 04 | F 089-12 28 47 05  
www.buero-indiebook.de

## Keyaccount (D)

Rund ums Buch | Vertriebsbüro Lena Renold  
Hülchrather Str. 37 | 50670 Köln  
renold@rund-ums-buch.com | Tel: 0221-727784

## Vertretung (A)

Seth Meyer-Bruhns  
Böcklinstr. 26/8 | A-1020 Wien  
T ++43-12 14 73 40 | F ++43-12 14 73 40  
meyer\_bruhns@yahoo.de

---