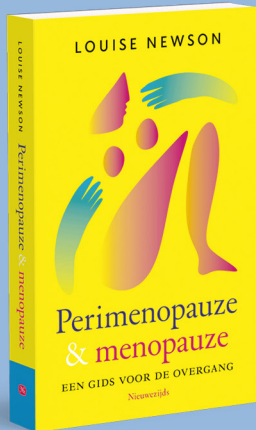
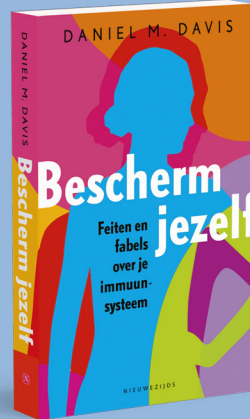


najaar 2025



UITGEVERIJ NIEUWEZIJDS

NAJAAR 2025





In dit fascinerende boek
onderzoekt neuroloog en
schrijver Guy Leschziner de biologie
achter onze zwaarste zonden.
Wat zegt nieuw wetenschappelijk
onderzoek over ons beeld van 'goed'
en 'fout' gedrag, en over het
idee van de vrije wil?

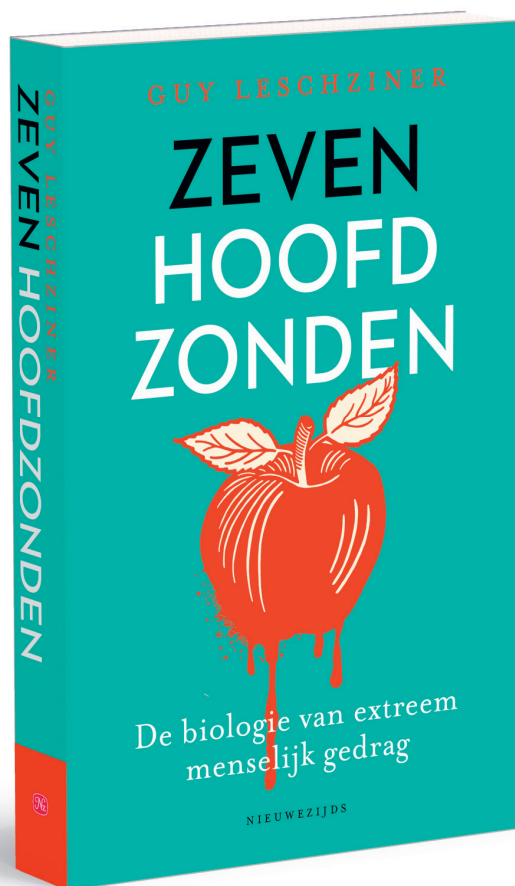
GUY LESCHZINER

Zeven hoofdzonden

De biologie van extreem menselijk gedrag

De zeven hoofdzonden. Vroeger werden ze gezien als het werk van de duivel en zijn demonen, de bron van alle kwaad in de wereld. Tegenwoordig leggen we de verantwoordelijkheid voor 'slecht' gedrag vaak bij het individu zelf. Wie heeft er gelijk?

Guy Leschziner combineert de laatste wetenschappelijke inzichten met ervaringen van patiënten uit zijn praktijk en verkent de grenzen tussen algemeen menselijk gedrag, ziekte en immoraliteit. Intrigerende verhalen van mensen bij wie fysieke of psychische aandoeningen tot 'zondig' of 'slecht' gedrag hebben geleid, werpen nieuw licht op eeuwenoude ondeugden, en op wat het betekent om mens te zijn.



€ 26,99 | oktober 2025

ISBN 9789057126178 | 344 pag. | paperback | 15 x 23 cm | NUR 860

Vertaling: Vanja Walsmit

**'Een diepmenselijk boek (...)
Leschziner schrijft met veel empathie en medeleven.'**

— THE GUARDIAN

'Leschziner verkent op gevoelige wijze de genetische, neurologische en psychologische achtergrond van menselijke tekortkomingen.'

— FINANCIAL TIMES



GUY LESCHZINER is hoogleraar neurologie en slaapgeneeskunde aan King's College in Londen. Daarnaast werkt hij als zelfstandig neuroloog in verschillende ziekenhuizen. Hij studeerde geneeskunde in Oxford en Londen en promoveerde aan Imperial College.



Helpt het drinken van versgeperst
sinaasappelsap tegen verkoudheid?
Welke invloed heeft leeftijd op
ons immuunsysteem? Is in
contact komen met vuil
daadwerkelijk goed voor de
afweer van kinderen? Is er
een direct verband tussen
je mentale gezondheid en
ontstekingsreacties in je
lichaam? Zijn
zuiveldrankjes met
probiotica goed voor
je immuunsysteem?

‘Buitengewoon
boeiend. Bijna
elke alinea bevat
een onthulling.’
– Bill Bryson

'Dit boek wijst de lezer de weg in de golf aan pseudowetenschap die het denken over onze gezondheid verduistert.'

— Brian Cox



DANIEL M. DAVIS is hoofd Bio-wetenschappen en hoogleraar Immunologie aan Imperial College in Londen. Eerder verscheen van hem bij Nieuwezijs *Immuun*, dat in het VK werd verkozen tot Book of the Year in *The Times*, *Telegraph* en *New Scientist*.



€ 24,99 | november 2025

ISBN 9789057126208 | 304 pag. | paperback | 13,7 x 21,5 cm | NUR 860

Vertaling: Ellen Hosmar

DANIEL M. DAVIS

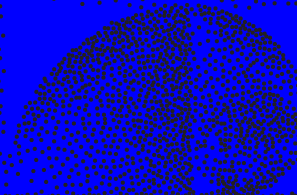
Bescherm jezelf

Feiten en fabels over je immuunsysteem

We worden van alle kanten bestookt met stellige beweringen over ons immuunsysteem en snelle oplossingen om het een 'boost' te geven. Maar over één ding is de wetenschap duidelijk: ieders immuunsysteem is volledig uniek – wat goed werkt voor de één, werkt niet per se goed voor de ander. Is er, gezien de enorme complexiteit van ons immuunsysteem, iets dat we kunnen doen om het te verbeteren? En hoe maken we onderscheid tussen valse claims en nuttig advies?

Immunoloog Daniel M. Davis onderzoekt de effecten van stress, voeding, leeftijd, lichaamsbeweging, het microbioom en andere factoren op het immuunsysteem. Hij ontkracht de belangrijkste mythes, scheidt feiten van fabels en stelt ons in staat om weloverwogen keuzes te maken.

Marcus du Sautoy, bekroond
wiskundige en hoogleraar in Oxford,
onthult dat er wiskundige structuren
verborgen zitten in alles wat we mooi
vinden. Niet alleen in alle mogelijke
vormen van kunst, ook in de natuur
blijken overal blauwdrukken te vinden,
zoals symmetrie, priemgetallen, de
gulden snede en meer.



MARCUS DU SAUTOY

Blauwdrukken

Over wiskunde, kunst en natuur

Van de vroegste steencirkels tot het brutalisme van Le Corbusier, van de fuga's van Bach tot de psychedelische muziek van Radiohead, en van de verborgen numerieke aanwijzingen van Shakespeare tot de dadaïsten die willekeur omarmden. Vaak zijn kunstenaars zich helemaal niet bewust van de wiskunde die in hun werk verborgen zit, soms maken ze er juist bewust gebruik van.

In *Blauwdrukken* legt Marcus du Sautoy uit hoe we kunst maken met hulp van wiskunde, waarom een creatieve mindset cruciaal is voor het ontdekken van nieuwe wiskunde, en hoe menselijke fundamenteel met elkaar verbonden zijn.



€ 26,99 | januari 2026

ISBN 978 90 5712 618 5 | 360 pag. | paperback | 16 x 24 cm | NUR 910

Vertaling: Auke van den Berg

'What to read
in 2025'

— FINANCIAL TIMES

'Niemand kan
twijfelen aan
Du Sautoy's
enthousiasme.
Verkwikkend
leesvoer.'

— THE OBSERVER



MARCUS DU SAUTOY

is hoogleraar wiskunde en Simonyi Professor for the Public Understanding of Science aan Oxford University, een prestigieuze functie die eerder werd bekleed door Richard Dawkins. Van hem verschenen eerder bij Nieuwezijds onder meer *Reis om de wereld in 80 spelletjes*, *Beter denken en Wat we niet kunnen weten*.



Deze complete, deskundige en op feiten gebaseerde gids voor de perimenopauze en menopauze is bedoeld om vrouwen in en rond de overgang te helpen, mythes te ontkrachten, taboes te doorbreken, en iedereen – ook mannen – voor te lichten over de menopauze.

*Perimenopauze & menopauze is een 2024
Sunday Times Bestseller.*

‘Een fantastische Britse menopauzespecialist.’

— Suzanne Rethans, schrijver, journalist en podcastmaker



'Het is tijd om openlijk over de menopauze te praten, de mythes te ontkrachten en elke vrouw te informeren over haar keuzes voor deze belangrijke levensfase.'

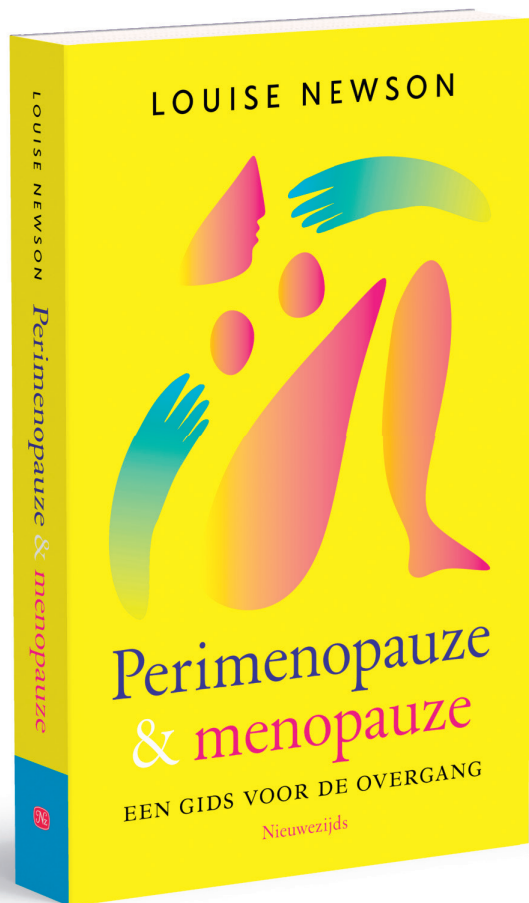
— Louise Newson

'Een van de schaarse Britse topexperts op het gebied van de menopauze, die duizenden vrouwen heeft geholpen.'

— Tim Spector



LOUISE NEWSON is huisarts en menopauze-deskundige. Speciaal voor de behandeling van overgangsklachten richtte zij de Newson Health kliniek op, maakt zij de 'Dr. Louise Newson Podcast' en de 'Balance-app', die wereldwijd bijna anderhalf miljoen gebruikers heeft.



€ 26,99 | september 2025

ISBN 9789057126161 | 336 pag. | paperback | 15 x 23 cm | NUR 860

Vertaling: Sonja Matthews

LOUISE NEWSON

Perimenopauze & menopauze

Een gids voor de overgang

Louise Newson geeft nuttige informatie en adviezen om te begrijpen welke impact de perimenopauze en menopauze kunnen hebben op de fysieke en psychische gezondheid, en wat je hieraan kunt doen. Ze behandelt de actuele stand van zaken rondom hormoonsuppletie therapie en nieuw onderzoek naar testosteron en de voordelen ervan, zoals het verhogen van het libido. Daarnaast bespreekt zij ook waar je op moet letten als het gaat om voeding, lichaamsbeweging en je sociale en professionele leven in deze ingrijpende periode.

The background is a solid pink color. Overlaid on this are large, stylized yellow letters. On the left, a large 'V' is partially visible. At the top center, a large 'U' is visible. On the right, a large 'K' is visible. At the bottom, there are fragments of other letters, including what looks like 'D' and 'I'.

Herhaaldelijk controleren of vragen om geruststelling – zelfs als je weet dat je de deur op slot hebt gedaan, het fornuis hebt uitgezet of je goed hebt voorbereid op die vergadering of toets – doet iedereen weleens. Wanneer het gepaard gaat met de angst dat er iets ergs zal gebeuren als je dat niet doet en het je leven gaat beheersen, is het tijd voor actie.

MARTIN N. SEIF & SALLY M. WINSTON

Voor de zekerheid

Een gids op basis van cognitieve gedragstherapie bij dwangmatig controleren en overmatig geruststelling zoeken

Voor de zekerheid biedt krachtige vaardigheden gebaseerd op cognitieve gedragstherapie (CGT) om los te komen van de angst voor onzekerheid en een einde te maken aan het dwangmatig controleren en geruststelling zoeken.

In deze praktische gids vind je bewezen effectieve tips en hulpmiddelen die je leren om te gaan met die vervelende situaties waarin de twijfel en onzekerheid je gedrag domineren. Je leert te vertrouwen op je eigen oordeel en zo dit uitputtende patroon te doorbreken en zelfvertrouwen op te bouwen.



MARTIN N. SEIF is medeoprichter van de Anxiety and Depression Association of America en heeft een privépraktijk met vestigingen in New York en Greenwich, Connecticut.

SALLY M. WINSTON is oprichter en mededirecteur van het Anxiety and Stress Disorders Institute of Maryland.

Eerder verscheen bij Nieuwezijds hun boek *Opdringerige gedachten overwinnen*.



€ 24,99 | november 2025

ISBN 9789057126215 | 208 pag. | paperback | 13,7 x 21,5 cm | NUR 770

Vertaling: Marie-Christine Ruijs



Wanneer je de diagnose
borderlinepersoonlijkheidsstoornis (BPS)
hebt gekregen, kun je hevige emoties ervaren,
zoals paniek, schaamte, verdriet, verlatenheid,
leegte of zelfs woede. Iedereen ervaart BPS op
een andere manier. *Het borderlinewerkboek* zal
je helpen hiermee om te gaan en je
BPS te beheersen.

DANIEL J. FOX is psycholoog en al meer dan vijftien jaar gespecialiseerd in de behandeling en beoordeling van mensen met persoonlijkheidsstoornissen.



€ 29,99 | oktober 2025

ISBN 9789057126147 | 304 pag. | paperback | 17 x 24 cm | NUR 770

Vertaling: Lieke Berkhuizen

DANIEL J. FOX

Het borderlinewerkboek

Een complete methode om je BPS te begrijpen en beheersen

Het borderlinewerkboek is een stapsgewijze gids om:

- evenwicht te krijgen in je emoties
- je relaties te verbeteren
- negatieve overtuigingen uit te dagen
- over je BPS heen te groeien
- weer grip op je leven te krijgen

Dit uitgebreide werkboek biedt een geïntegreerde, evidence-based benadering gebaseerd op dialectische gedragstherapie (DBT), acceptance and commitment therapy (ACT), cognitieve gedragstherapie (CGT) en interpersoonlijke therapie om cliënten te helpen hun specifieke symptomen te beheersen.



IRIS RIJSMAN (1989)
is auteur, beeldend kunstenaar en illustrator. Ze studeerde filosofie in Amsterdam, Parijs en Utrecht, en daarna beeldende kunst aan de Koninklijke Academie van Beeldende Kunsten in Den Haag. Naast auteur en illustrator is Iris Rijsman werkzaam als workshopdocent in de Teekenschool van het Rijksmuseum in Amsterdam. Eerder gaf ze les bij ARTIS - Ateliers.

Interesse in een workshop van Iris in de boekhandel tijdens Kinderboekenweek? Kijk voor meer informatie op de website van de Schrijverscentrale.

Denkbeesten op avontuur



€ 18,99 | Reeds verschenen

ISBN 9789057125737 | 128 pag. | paperback | 16 x 24 cm | NUR 240

Over *Denkbeesten*:

'Filosoof en kunstenaar Iris Rijsman verbindt filosofische thema's op speelse wijze aan de dierenwereld. Hoewel geschreven voor kinderen, kunnen volwassenen ook leuk meedoen en -denken.'

— FILOSOFIE MAGAZINE

'Wat een heerlijk boek is dit! Dit boek is een inleiding in de filosofie, waaruit we allemaal iets kunnen leren.'

— HUMANISTISCH VERBOND (★★★★★)

'Iris Rijsman is zelf filosoof en beeldend kunstenaar en dat merk je aan alles. Ze weet op een heldere manier dingen te bevragen die voor sommige mensen gewoon lijken. (...) een fijn boek om met kinderen samen na te denken over hun eigen leven en dat van anderen.'

— DIET BLOGT

'Toegankelijk en inspirerend (...) Dit boek daagt kinderen én leerkrachten uit om met een open blik te denken en te verkennen. Een aanrader voor iedereen die filosofie op een speelse en betekenisvolle manier wil integreren in de klas!'

— JUF SOULLIE

'Een boeiend, uitnodigend en informatief doeboek (...) Extra leuk zijn de diverse illustraties van Rijsman zelf. De vrolijke en eigenzinnige illustraties geven het geheel een prettige sfeer.'

— KINDERBOEKENRIJK



ISBN 9789057125898



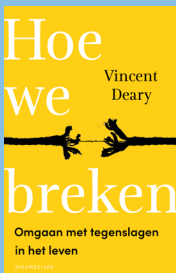
ISBN 9789057125850



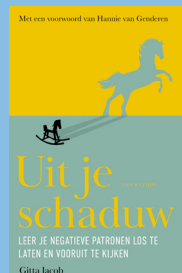
ISBN 9789057126154



ISBN 9789057126093



ISBN 9789057126048



ISBN 9789057126109



ISBN 9789057126055



ISBN 9789057126062



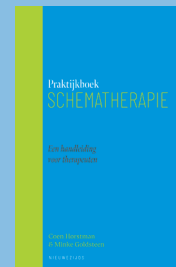
ISBN 9789057126079



ISBN 9789057125997



ISBN 9789057126130



ISBN 9789057126116

Kristel Dumoulin, uitgever/publiciteit
Sandra Hellemons, redacteur
Jochem Salemink, uitgever
Pleun Wielinga, uitgever/verkoop

Nieuwezijds Voorburgwal 130-h
1012 sh Amsterdam
020-623 47 44
post@nieuwezijds.nl
www.nieuwezijds.nl

 @nieuwezijds.bsky.social

 @uitgeverijnieuwezijds

 www.facebook.com/uitgeverijnieuwezijds

 www.linkedin.com/company/uitgeverij-nieuwezijds

VERTEGENWOORDIGING IN NEDERLAND

Ef & Ef Media

Paul Impens 06-29108294

Rogier van der Valk 06-21646739

info@efenefmedia.nl

www.efenefmedia.nl

VERTEGENWOORDIGING IN BELGIË

New Book Collective

Louiza-Marialei 2-1

2018 Antwerpen

www.newbookcollective.com

VERKOOP

Suzy Mertens: suzy@newbookcollective.com

Hilde Seys: hilde@newbookcollective.com

PROMOTIE EN PUBLICITEIT

An-Katrien Vinckx: an-katrien@newbookcollective.com