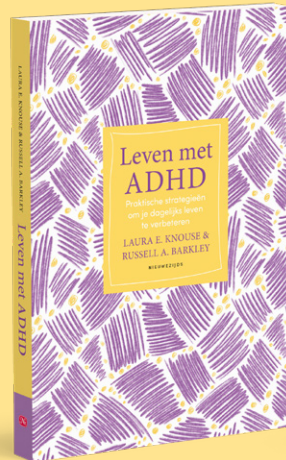


# voorjaar 2026



UITGEVERIJ NIEUWEZIJD'S

# VOORJAAR 2026



Een baanbrekend boek over hoe gefermenteerd  
voedsel je gezondheid verbetert, geschreven  
door de toonaangevende darmwetenschapper  
en bestsellerauteur Tim Spector.

‘Spector is een van de  
visionairs die ons de weg  
wijst. Zijn boeken zijn  
verhelderend en  
ongelooflijk actueel.’  
– Yotam Ottolenghi



TIM SPECTOR

# Fermenteren

*De kracht van microben*

Met  
recepten en  
praktische  
tips!

Van alle manieren om voedsel te bereiden is fermenteren ongetwijfeld de meest mysterieuze en wonderbaarlijke. Tim Spector ontrafelt de wetenschap achter fermentatie en legt uit waarom gefermenteerd voedsel zo gezond is.

Op basis van wetenschappelijke inzichten en zijn eigen ervaringen met fermenteren geeft Spector praktische tips voor het kopen en bereiden van gefermenteerde voedingsmiddelen. Zo laat hij ons kennismaken met enkele van zijn favorieten, zoals zelfgemaakte kombucha en kefir, maar ook zuurdesem, miso en koffie. Stuk voor stuk producten die een verbazingwekkende reeks voordelen opleveren voor onze gezondheid.



€ 26,99 | april 2026

ISBN 9789057126222 | 320 pag. | paperback | 16 x 24 cm | NUR 440

Vertaling: Lieke Berkhuizen

'Geen rages, geen onzin, alleen praktisch, wetenschappelijk onderbouwd advies over hoe je goed kunt eten.'

— DAILY MAIL

'Tim Spector ontkracht al jarenlang de mythes rond voeding en gezondheid.'

— THE TIMES



**TIM SPECTOR** is hoogleraar Genetische Epidemiologie aan King's College in Londen en is gespecialiseerd in de werkingen van de darmen en het microbiom. Hij verschijnt regelmatig op tv en schrijft onder meer voor *The Guardian*. Eerder verscheen van hem bij Nieuwezijs *Ingelepeld* en *De dieetmythe*.



*De auto, de geit en de wiskunde van Jan Beuving en Ionica Smeets*  
is het vrolijkste wiskundeboek in jaren. Wie er eenmaal voor  
gekozen heeft, wil het nergens meer voor ruilen.



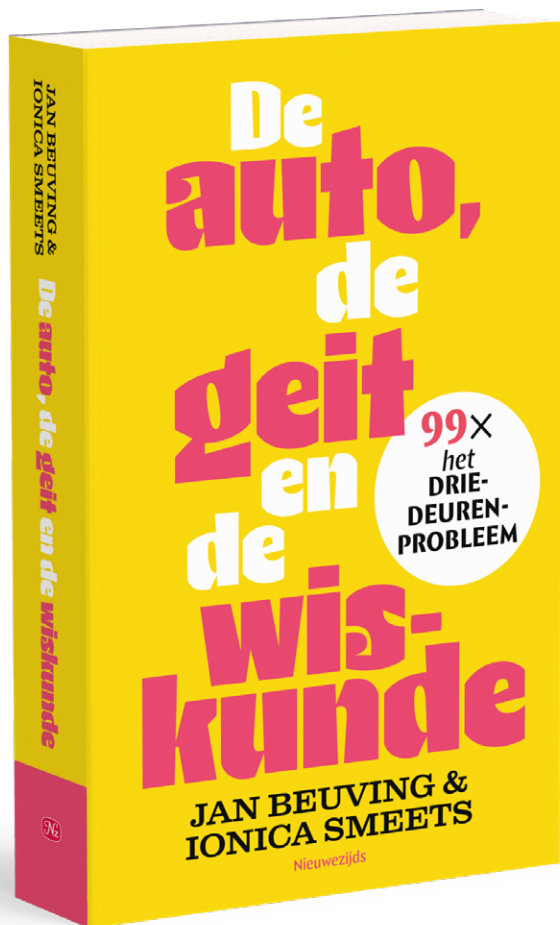


FOTO: VAN PEL



FOTO: MARJITTE TER HORST

**IONICA SMEETS** is hoogleraar wetenschapscommunicatie aan de Universiteit Leiden en columnist voor *de Volkskrant*. Eerdere boeken van haar zijn onder meer *Superlogisch*, *Het exacte verhaal* en, samen met Edward van de Vendel en Floor de Goede, *Rekenen voor je leven*. **JAN BEUVING** is tekstschrijver en cabarettier. Zijn liedjes en voorstellingen zijn onderscheiden met de Willem Wilminkprijs, de Neerlands Hoop, de Annie M.G. Schmidtprijs en de Poelifinario. Hij was columnist voor onder meer *Trouw* en NOS Studio Voetbal, en maakte een taalrubriek op NPO Radio 1.



€ 21,99 | juni 2026

ISBN 9789057126291 | 256 pag. | paperback | 12,5 x 20 cm | NUR 918 en 372

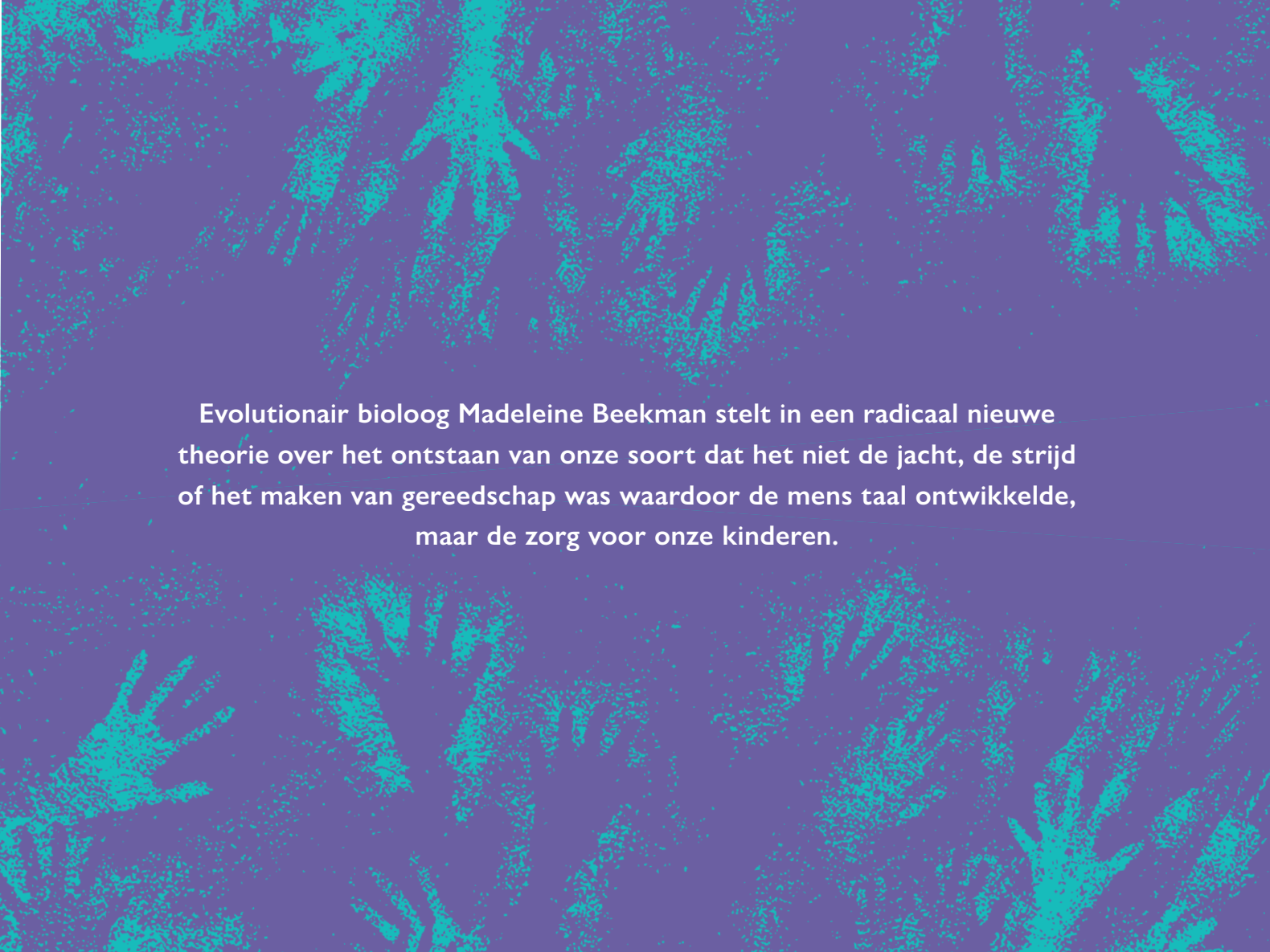
JAN BEUVING & IONICA SMEETS

## De auto, de geit en de wiskunde

*99x het driedeurenprobleem*

Het is een klassiek wiskunderaadsel: je mag in een spelshow kiezen tussen drie deuren. Achter één deur staat een auto die je graag wil winnen, achter de andere twee een geit. Zodra je een deur kiest, maakt de presentator een van de twee andere open: daar staat een geit. En dan stelt hij de vraag: wil je wisselen van deur?

Waarom dat wiskundig verstandig is, lees je natuurlijk in dit boek, maar ook: hoe zijn de geiten in dit probleem beland? Wat heeft Shakespeare erover geschreven? En wat hebben geisha's, deukhoeden en het hoofdpостkantoor ermee te maken? Dit boek bevat 99 geestige, ontroerende en spitsvondige stijl oefeningen; een literaire lsd-trip langs de uithoeken van wiskunde en taal.

The background of the slide is a photograph of a cave wall covered in numerous handprints. The prints are in various shades of red, orange, and brown, suggesting they were made with ochre or similar natural pigments. Some prints are large and clear, while others are smaller and more faded. They are scattered across the entire surface, creating a textured, historical feel.

Evolutionair bioloog Madeleine Beekman stelt in een radicaal nieuwe theorie over het ontstaan van onze soort dat het niet de jacht, de strijd of het maken van gereedschap was waardoor de mens taal ontwikkelde, maar de zorg voor onze kinderen.

MADELEINE BEEKMAN

# Het ontstaan van taal

*Over de geboorte van de mens*

Madeleine Beekman neemt je mee naar het prille begin van onze soort, *Homo sapiens*, en de grote revolutie die het leven op aarde op zijn kop heeft gezet: het feit dat onze baby's geboren worden lang voordat ze 'af' zijn.

Om onze hulpeloze kroost jarenlang in leven te houden en groot te brengen, moesten we effectief met elkaar samenwerken en communiceren. Zo blijkt de mens in het diepst van zijn wezen geen egoïstische vechtersbaas te zijn, maar vooral een sociale verzorger.

*Het ontstaan van taal* is een prikkelend antwoord op Chomsky, Pinker en Harari, een avontuurlijke ontdekkingsreis naar de eeuwenoude geheimen van de moleculaire biologie, en een radicaal nieuw inzicht in wie wij zijn.



€ 26,99 | maart 2026

ISBN 9789057126239 | 240 pag. | paperback | 15 x 23 cm | NUR 911

Vertaling: Sonja Matthews

Auteursbezoek  
in maart

'Mooi, speelt en allesomvattend. Op elke pagina staat iets dat je doet glimlachen en denken: Dat wist ik niet!'

— Menno Schilthuizen, auteur van *Darwin in de stad*



FOTO: JANNIKKE CAUS

**MADELEINE BEEKMAN** (Amsterdam 1964) is emeritus hoogleraar Evolutionaire Biologie en Gedragsecologie aan de Universiteit van Sydney. Na haar studie biologie aan de Universiteit van Amsterdam was ze Fellow aan Cornell University, Stellenbosch University en Wageningen University & Research. Dit boek komt voort uit een sabbatical aan het Institute for Advanced Study in Berlijn.

Kunnen we leren van de geschiedenis?  
Niet eerder leken waarschuwingen uit het  
verleden zo treffend en zo onheilspellend  
te zijn als in onze tijd van geopolitieke  
verschuivingen en politieke onrust.





'Eén van onze  
belangrijkste historici'  
— Timothy Snyder, auteur  
van *Over tirannie*



De Noorse historicus **ODD ARNE WESTAD** is als hoogleraar Geschiedenis en Internationale Betrekkingen aan Yale University gespecialiseerd in de Koude Oorlog en de contemporaine geschiedenis van Oost-Azië. Zijn bekendste boek is *De koude oorlog: Een wereldgeschiedenis* waarin hij de oorsprong van de Koude Oorlog terugvoert naar de Eerste Wereldoorlog en het conflict tussen het kapitalisme en het socialisme.



€ 24,99 | maart 2026

ISBN 9789057126246 | 280 pag. | paperback | 13,7 x 21,5 cm | NUR 680

Vertaling: Jan Wynsen

ODD ARNE WESTAD

## De naderende storm

*Macht, conflict en waarschuwingen uit het verleden*

Yale-historicus Odd Arne Westad wijst in dit boek op de vele verontrustende parallellen tussen onze tijd en de vooravond van de Eerste Wereldoorlog. In 1914 escaleerden de opgebouwde spanningen tussen grootmachten met decennia van bloedvergieten en conflict als gevolg.

Ook nu strijden opkomende en tanende grootmachten om regionale dominantie, nemen nationalisme en populisme toe, en leeft er een breed gedragen gevoel van slachtofferschap. Een reeks fatale vergissingen leidde destijds tot een dynamiek die niemand meer onder controle had. Hoe we die nu kunnen voorkomen legt Westad uit in *De naderende storm*.

The background of the slide is a light blue color with a repeating pattern of small, white-outlined doors. Each door is slightly ajar, revealing a dark interior. The doors are arranged in a grid-like fashion, creating a sense of many potential paths or choices.

Wat zorgt ervoor dat iemand gehecht blijft  
aan een gewelddadige, problematische of  
emotioneel afstandelijke partner, zelfs als hij  
of zij daaronder lijdt? Het antwoord ligt in  
pathologische affectieve afhankelijkheid (PAA)  
een onzichtbare valstrik die heel veel mensen  
gevangen houdt in destructieve relaties.

ERICA PUGLIESE

## Gevangen in een gewelddadige relatie

*Diagnose en behandeling van pathologische affectieve afhankelijkheid van een psychologisch, fysiek of seksueel gewelddadige partner*

Met een voorwoord van ARNOUD ARNTZ

Erica Pugliese neemt de lezer mee in de psychologische mechanismen achter PAA. Aan de hand van wetenschappelijk onderzoek en ervaringsverhalen beschrijft Pugliese de impact ervan, zoals gendergerelateerd geweld, en de wegen naar herstel.

Het boek presenteert een theoretische analyse van PAA, een bewezen effectief meetinstrument en een therapeutische interventie. De kern daarvan wordt gevormd door Imagery Rescripting, een veelgebruikte methode bij trauma-gerelateerde problemen, die hier is aangepast aan de uitdagingen van PAA.



€ 29,99 | februari 2026

ISBN 9789057126192 | 240 pag. | paperback | 15 x 23 cm | NUR 770

Vertaling: Hilda Schraa

Een onmisbare gids voor professionals in de geestelijke gezondheidszorg. Ook interessant voor mensen die persoonlijk getroffen zijn door PAA of iemand willen ondersteunen die gevangen zit in deze destructieve relationele dynamiek.



ERICA PUGLIESE is psychotherapeut en onderzoeker aan de Universiteit van Amsterdam. Pugliese promoveerde in de sociale psychologie aan de universiteit Sapienza in Rome. Naast haar onderzoek is zij ook werkzaam als cognitief gedragstherapeut en EMDR-therapeut.





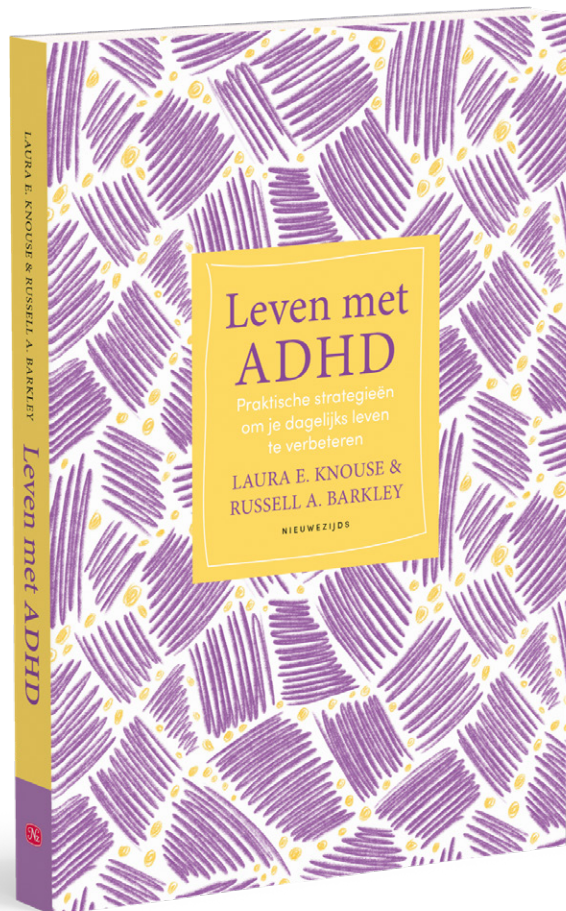
Een gebruiksvriendelijke gids over ADHD vol  
bewezen effectieve vaardigheden die je helpen  
om je beter te concentreren en productiever te  
zijn en je dagelijkse leven zo in te richten dat je  
sterke punten goed tot hun recht komen.



‘Knouse en Barkley hebben een geweldig, origineel boek geschreven. De auteurs hebben op een kundige manier hun enorme kennis en ervaring in het boek verwerkt. (...) alle belangrijke ADHD-kwesties worden duidelijk, beknopt en krachtig behandeld.’

— Edward Hallowell,  
auteur van *ADHD 2.0*

**LAURA E. KNOUSE** is hoogleraar psychologie aan de University of Richmond. **RUSSELL A. BARKLEY** was hoogleraar klinische psychiatrie aan de Virginia Commonwealth University School of Medicine. Eerder verscheen bij Nieuwezijds zijn boek *Twaalf principes voor het opvoeden van een kind met ADHD*.



€ 26,99 | mei 2026

ISBN 9789057126277 | 240 pag. | paperback | 15 x 23 cm | NUR 770

Vertaling: Marie-Christine Ruijs

LAURA E. KNOUSE & RUSSELL A. BARKLEY

## Leven met ADHD

*Praktische strategieën om je dagelijks leven te verbeteren*

In korte hoofdstukken krijg je een overzicht van wetenschappelijk onderbouwde strategieën om je te helpen je leven te organiseren, taken van begin tot eind af te ronden, je tijd te beheren, je emoties en impulsen te beheersen en veelvoorkomende problemen aan te pakken waarmee volwassenen met ADHD te maken hebben. Knouse en Barkley geven tips die je elke dag kunt gebruiken, met checklists, nuttige links en formulieren om te downloaden.

A green, blob-like cartoon monster with four limbs and a single large eye. The monster is positioned in the center of the frame against a solid pink background. The text is centered within the green blob.

*Het ADHD-werkboek  
voor kinderen staat vol  
met leuke activiteiten,  
spelletjes en illustraties  
om kinderen met ADHD  
te helpen zich goed te  
voelen – thuis, op school  
en met vrienden.*

LAWRENCE E. SHAPIRO

# Het ADHD-werkboek voor kinderen

*Activiteiten om je zelfvertrouwen, sociale vaardigheden en zelfbeheersing te ontwikkelen*

Een kind met ADHD kan last hebben van concentratieproblemen, moeite hebben met het maken van vrienden of een laag zelfbeeld hebben. Het mist de vaardigheden die nodig zijn om uitvoerende functies te verbeteren, impulsief gedrag te beteugelen en emoties te beheersen. *Het ADHD-werkboek voor kinderen* biedt eenvoudige hulpmiddelen om kinderen al deze essentiële vaardigheden te leren – in slechts tien minuten per dag!



€ 24,99 | mei 2026

ISBN 9789057126284 | 160 pag. | paperback | 17 x 24 cm | NUR 770

Vertaling: Janine Langeveld

Helpt kinderen om gefocust te blijven, zelfvertrouwen op te bouwen en zich te ontplooien.

Een must voor iedereen die werkt met kinderen en tieners met ADHD.

Lawrence Shapiro spreekt met kinderen in een taal die ze begrijpen.

**LAWRENCE E. SHAPIRO**, is een gerenommeerd en internationaal erkend kinderpsycholoog. Hij heeft meer dan zestig boeken geschreven voor ouders, kinderen en professionals.

REEDS AANGEBODEN



FOTO: MARTIN GUSBERTSEN

**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*.

verschijnt  
februari



€ 26,99 | februari 2026

ISBN 9789057126185 | 360 pag. | paperback | 15 x 23 cm | NUR 910

Vertaling: Auke van den Berg

MARCUS DU SAUTOY

## Blauwdrukken

*Over wiskunde, kunst en natuur*

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.

**‘What to read in 2025’**

— FINANCIAL TIMES

**‘Niemand kan twifelen aan Du Sautoy’s enthousiasme. Verkwikkend leesvoer.’**

— THE OBSERVER

EERDER VERSCHENEN

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

‘Louise Newson is een ervaren huisarts en een van de weinige Britse topdeskundigen op het gebied van de menopauze, die honderdduizenden vrouwen heeft geholpen via haar kliniek, app en websites. Dit boek zal nog veel meer vrouwen helpen!’

— Tim Spector

‘Hoe meer mensen toegang krijgen tot het werk van Dr. Newson; hoe beter.’

— Griet Spiessens, Leefstijlarts & Menopauze Expert



€ 26,99 | verschijnen september 2025

ISBN 9789057126161 | 368 pag. | paperback | 15 x 23 cm | NUR 860

Vertaling: Sonja Matthews

‘Eén van de boegbeelden van een ruimhartiger benadering van hormoontherapie.’

— Niki Korteweg in *NRC*



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





ISBN 9789057125898



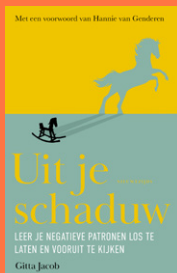
ISBN 9789057126208



ISBN 9789057126178



ISBN 9789057126154



ISBN 9789057126109



ISBN 9789057125850



ISBN 9789057125201



ISBN 9789057125430



ISBN 9789057126055



ISBN 9789057125584



ISBN 9789057125188



ISBN 9789057125737

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

Amber Maes: amber@newbookcollective.com