

Neuerscheinung

BIRGIT E. WEIDNER (HRSG.)

Frau 5.0

Wenn Frauen 50 werden

EDITION PRIMA:LIBRI

Über das Buch



Birgit E. Weidner

Frau 5.0 – Wenn Frauen 50 werden

e3-Verlag: EDITION PRIMA:LIBRI

Paperback, 12 x 18,5 cm

184 Seiten

ISBN: 978-3-944056-40-1

Preis: 8,90 EUR

Der 50. Geburtstag – für viele Frauen ist dieses Datum und damit der Eintritt in das neue Lebensjahrzehnt etwas ganz Besonderes. Die jugendliche Vierzig ist weg, die Seniorina-Sechzig winkt schon von Weitem. Vieles hat man bereits hinter sich gelassen. Kommt aber auch noch Neues? Wie gehen Frauen mit diesem „magischen Datum“ um? Panik oder Gelassenheit? 24 Autorinnen haben ihre Gedanken und Erlebnisse niedergeschrieben – heiter, nachdenklich, reflektierend. Rita zum Beispiel fasst einen Tag vor ihrem 50. Geburtstag einen folgenreichen Entschluss. Brigitte geht am Abend ihres 50. Geburtstages allein ins Theater – prompt verändert sich ihr Leben. Und gibt es die „magische Grenze“ wirklich?

Im zweiten Teil des Buches beleuchten Fachleute den medizinischen, psychologischen oder auch stilistisch-modischen Bereich, geben Tipps zum Schreiben eines Buches, zum Bloggen oder Twittern u. a. Das Fünfundzwanzigwerden ist meist mit neuen Herausforderungen und Ansichten verbunden. Und ich behaupte (angelehnt an das Web 2.0): Eine 50-Jährige ist eine „neue Version“ Frau mit „veränderter Nutzung und Wahrnehmung“ – die Frau 5.0.

Die Herausgeberin

Birgit E. Weidner lebt in Wiesbaden. Schreiben und das gedruckte Wort sind Beruf und Passion.

Ihre Homepage: www.birgitweidner.de

Blog zum Buch: www.frau50.de

Der Inhalt

Teil I: Kurzgeschichten

Hilfe! Ich werde fünfzig!; Regine Schineis ■ **Mitternachtsblau**; Petra Fili ■ **Mädchen**; Anja Hagemann-Becker ■ **Ballkönigin**; Ch. D. Horst ■ **Nicht gefühlte Fünfzig**; Petra Stabenow ■ **Johanna und das Meer**; Sylvia Maria Zöschg ■ **Ritas Entschluss**; Sybille B. Lindt ■ **Let's have a party!**; Heide Schütz ■ **Magische Grenze**; Anke Höhl-Kayser ■ **Mit eigenen Augen**; Maria Höfle ■ **Brigitte**; Stephanie Hoffmann ■ **Kinderspiel**; Barbara Bellmann ■ **Traumschlangen**; Sigrid Gross ■ **50 – und dann?**; Gabriele Reinemann ■ **Am Scheideweg**; Alice Andres ■ **Das Wichtigste im Leben**; Birgit Schmidt ■ **Indianerpferde**; Regina Berger ■ **Mitten im Leben**; Claudia Timpen ■ **Leere Stühle**; Brit Gögel ■ **Dornröschen ist aufgewacht**; Birgit Wichmann ■ **Züge – Bilanz einer 50-Jährigen**; Kornelia Braun-Buldermann ■ **Fünfzig ist nur eine Zahl**; Karin Hufnagel ■ **Geburtstagspost für Dich**; Kerstin Paul ■ **Alles Wechseljahre, ... oder was?**; Trude von Zittwitz

Teil II: Fachbeiträge

Entspannt und aktiv durch die Wechseljahre; Dr. med Astrid Kühn, Dr. med. Joachim Schmidt, Birgit Weidner ■ **Wechseljahre – mehr als eine Hormonumstellung**; **Vorsorge kann Leben retten**; Birgit Weidner ■ **Fit in die goldenen Fifties**; Dr. med. Joachim Schmidt, Birgit Weidner ■ **Der Grundumsatz – oder: Warum nehme ich plötzlich zu?**; Birgit Weidner ■ **Ernährung ab 50: Viel Frisches, wenig Fett**; Sylvia Gerling M. A., Birgit Weidner ■ **Die Haut ab 50 – ein Pflegefall?**; Birgit Weidner ■ **Alles Jacke wie Hose? Nicht bei uns!**; Birgit Röhrig, Birgit Weidner ■ **Glückliche Partnerschaft – Zufall?**; Birgit Weidner ■ **Auf das Positive schauen!**; Dipl.-Psych. Susanne Arnold, Birgit Weidner ■ **Was Sie schon immer mal tun wollten – tun Sie's jetzt!**; Birgit Weidner ■ **Der Weg zum eigenen Buch**; Günter Schulz ■ **Tipps zum besseren Schreiben**; Birgit Weidner ■ **Twittern, Bloggen, Chatten**; Günter Schulz ■ **Partyorganisation – eine kleine Hilfe**; Birgit Weidner

Buchbestellungen über den örtlichen Buchhandel oder die Internetseite:



BIRGIT E. WEIDNER (HRSG.)

Frau 5.0

Wenn Frauen 50 werden

Der 50. Geburtstag – für viele Frauen ist dieses Datum und damit der Eintritt in das neue Lebensjahrzehnt etwas ganz Besonderes. Die jugendliche Vierzig ist weg, die Seniorina-Sechzig winkt schon von Weitem. Vieles hat man bereits hinter sich gelassen. Kommt aber auch noch Neues? Wie gehen Frauen mit diesem „magischen Datum“ um? Panik oder Gelassenheit? 24 Autorinnen haben ihre Gedanken und Erlebnisse niedergeschrieben – heiter, nachdenklich, reflektierend.

Im zweiten Teil des Buches beleuchten Fachleute den medizinischen, psychologischen oder auch stilistisch-modischen Bereich, geben Tipps zum Schreiben eines Buches, zum Bloggen oder Twittern u. a. Das Fünfzigwerden ist meist mit neuen Herausforderungen und Ansichten verbunden. Und ich behaupte (angelehnt an das Web 2.0): Eine 50-Jährige ist eine „neue Version“ Frau mit „veränderter Nutzung und Wahrnehmung“ – die Frau 5.0.

www.e3-verlag.de



9 783944 056401

EDITION PRIMA:LIBRI