BUCHTIPP

Frauen mittleren Alters, die zu viel sitzen

Kolumnen von Dora Heldt und Anouk Schollähn
DTV, 2026

Bereits der Titel des Briefwechsels zwischen der Bestsellerautorin Dora Heldt und der Moderatorin Anouk Schollähn lässt erahnen, dass es in diesem Buch ums Altern geht und es kein ernstes Buch ist. Die beiden Frauen, eine Mitte 60, die andere kurz vor dem 50. Geburtstag, tauschen sich schriftlich über die Herausforderungen des Lebens aus und lassen die Leserinnen wunderbar an ihren Gedanken zu den verschiedensten Themen teilhaben. Dabei geht es oft um Menschen: die Autorinnen selbst und ihre Sicht auf sich, die jeweils andere und die Gesellschaft generell. Das Altern als Frau ist im Moment in der Literatur ein gern und oft besprochener Topos, gern auch autobiografisch. So haben sich in den letzten Jahren zum Beispiel bereits Elke Heidenreich, Miranda July und Ildiko von Kürthy damit befasst, was die fortschreitende Zeit mit uns anstellt. Das Besondere am vorliegenden Buch sind die zwei Perspektiven. So relativiert sich vieles, wenn man es aus einer anderen Warte betrachtet. Eine klare Leseempfehlung besonders für Frauen mittleren Alters, egal ob sie viel sitzen oder nicht.

Laura Schnellmann
Co-Leiterin der Gemeinde- und Schulbibliothek Windisch