

Anouk Schollähn, Dora Heldt
Frauen mittleren Alters, die zu viel sitzen
Kolumnen

Originalausgabe
224 Seiten

ISBN: 978-3-423-28571-1
EUR 18,00 [DE]
EUR 18,50 [AT]
ET 16. Juli 2026
Format : 11,8 x 19,5 cm

Anouk Schollähn, Dora Heldt

Frauen mittleren Alters, die zu viel sitzen

Kolumnen

Zwei Frauen – viele Meinungen

Von unmöglichen Yogaposen, lauernder Doppelkinngefahr und anderen Freuden: Dora Heldts und Anouk Schollähns humorvolle, lustige, nachdenkliche und tröstliche Kolumnen über Altersunterschiede, Liebesbeziehungen, Mütterweisheiten, Haubentaucher und manche Widrigkeiten, die zu zweit besser auszuhalten sind.

Für alle, die sich fragen, warum Leute ihr Handy beim Telefonieren halten wie ein Knäckebrot, die manchmal auch Probleme haben, aus der Hocke wieder hochzukommen – und die herausfinden wollen, dass sie mit ihren Problemen ganz und gar nicht allein sind.

Eine Sammlung heiterer Kolumnen der Bestsellerautorin Dora Heldt und Anouk Schollähn, die sich mit den Herausforderungen des Alltags in der Mitte des Lebens beschäftigen.

* Ein perfektes Gute-Laune-Buch und Geschenk für die beste Freundin
* Lustig, authentisch, nachdenklich und überraschend

Dora Heldt und Anouk Schollähn berichten nicht nur aus ihrem sehr unterhaltsamen Alltag, sondern versuchen auch Lösungen zu finden für die Folgen des unvermeidbaren Älterwerdens.



COPY

© by Gunter Glücklich - www.guntergluecklich.com

Autor*in

Anouk Schollähn

Anouk Schollähn, 1976 geboren und in Baden-Württemberg aufgewachsen, ist Radio- und Fernsehjournalistin und Podcasterin. Als Moderatorin von Lesungen hat sie sich auch international einen Namen gemacht. Privat liebt sie Reisen, Kochen, Kulinarik, Natur und Tiere. Anouk Schollähn lebt seit vielen Jahren in Hamburg.



COPY

© by Gunter Glücklich - www.guntergluecklich.com

Autor*in

Dora Heldt

Dora Heldt, 1961 auf Sylt geboren, ist gelernte Buchhändlerin und lebt heute in Hamburg. Mit ihren Romanen führt sie seit Jahren die Bestsellerlisten an, die Bücher werden regelmäßig verfilmt. Seit 2020 begeistert sie mit ihrem Podcast #doraheldttrifft.

Veranstaltungen und Medientermine

Dora Heldt und Anouk Schollähn lesen aus ›Frauen mittleren Alters, die zu viel sitzen‹

Sonntag, 06.12.2026, 20:00 Uhr
KulturHintermFeld
Hinterm Feld 14
27801 Dötlingen

Dora Heldt und Anouk Schollähn lesen aus ›Frauen mittleren Alters, die zu viel sitzen‹

Mittwoch, 10.03.2027, 20:00 Uhr
Amtshof Burgwedel
Auf dem Amtshof 8
30938 Burgwedel

Dora Heldt und Anouk Schollähn lesen aus ›Frauen mittleren Alters, die zu viel sitzen‹

Mittwoch, 20.01.2027, 19:30 Uhr
Stöberstube Diekmann
Am Markt 2
49413 Dinklage

Dora Heldt und Anouk Schollähn lesen aus ›Frauen mittleren Alters, die zu viel sitzen‹

Dienstag, 08.12.2026, 20:00 Uhr
Studio Filmtheater
Wilhelminenstr. 10
24103 Kiel

Weitere Informationen und Tickets

Dora Heldt und Anouk Schollähn lesen aus ›Frauen mittleren Alters, die zu viel sitzen‹

Eine Veranstaltung im Rahmen der Münchner Bücherschau.

Samstag, 21.11.2026, 20:00 Uhr
KARE Kraftwerk
Drygalski-Allee 25
81477 München

Weitere Informationen

Dora Heldt liest aus ›Zwischen Gut und Böse‹

Samstag, 16.01.2027, 10:30 Uhr
Landgasthof Wichern
Altluneberger Str. 136
27619 Schiffdorf

Dora Heldt liest aus ›Zwischen Gut und Böse‹

Freitag, 12.12.2026
Wyn. Strandhotel Sylt
Brandenburger Str. 13
25980 Sylt-Westerland

Pressestimmen

»Witziger Kolumnen-E-Mail-Mix zwischen Dora (64) und Anouk (50).«

Meins, 15. Juli 2026

»Mir hat es großen Spaß gemacht, diesen Briefwechsel zu verfolgen. (...) Ganz große Empfehlung.«

Blog, *Susanne Edelmann*, 16. Juli 2026

»Dora Heldt und Anouk Schollähn berichten nicht nur aus ihrem sehr unterhaltsamen Alltag, sondern versuchen auch Lösungen zu finden für die Folgen des unvermeidbaren Älterwerdens.«

Event Magazin, *Jessica Gartzke*, 16. Juli 2026

»In ›Frauen mittleren Alters, die zu viel sitzen‹ von Dora Heldt und Anouk Schollähn blicken die beiden Autorinnen humorvoll aufs Leben.«

Instagram, *@generation_wow @generation_wow*, 16. Juli 2026

»Eine wunderbare Lektüre. Genau richtig für den Sommer.«

Instagram, *@daniel.kaiser.kultur @daniel.kaiser.kultur*, 18. Juli 2026

»Das perfekte Gute-Laune-Buch!«

Neue Woche, 24. Juli 2026

»Beim Lesen der Kolumnen hatte ich ständig ein Grinsen im Gesicht. Die beiden Autorinnen erzählen die kurzen Geschichten mit viel Humor und Selbstironie. (...) Das ideale Buch, zu dem man zwischendurch immer wieder gerne greift.«

sylvias-lesezimmer.de, *Sylvia Hertel*, 27. Juli 2026

»Mit Leichtigkeit und Witz, und so manche Leserin mittleren Alters wird Situationen wiedererkennen und schmunzeln.«

Hörzu, 7. August 2026

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München

»Ich liebe die Kolumnen von Dora Heldt und in diesem sehr klugen und dabei brüllend komischen Buch, hat sie Anouk an ihrer Seite, mit der sie sich einem herrlichen Briefwechsel liefert, dem man nur zu gerne folgt.«

kamikaze-radio.de, *Gernot Rescke*, 3. September 2026

»Eine klare Leseempfehlung besonders für Frauen mittleren Alters, egal ob sie viel sitzen oder nicht.«

General-Anzeiger Brugg, *Laura Schnellmann*, 17. September 2026

»Ein Wohlfühl-Buch mit Tiefgang.«

Mistelbach, 1. Oktober 2026

»In ›Frauen mittleren Alters, die zu viel sitzen‹ zelebrieren sie die Kunst der Selbstironie, machen unterhaltsame Geständnisse und skizzieren die Herausforderungen in der Mitte des Lebens.«

Münchner Merkur, *Astrid Kistner*, 20. Juli 2026

»Eine leichtfüßige, authentische und zugleich tiefgründige Kolumnensammlung – das perfekte Gute-Laune-Buch und ein wunderbares Geschenk für die beste Freundin.«

WDR 4, Buchtipps, *Mike Altwicker*, 18. Oktober 2026

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München

Autor*in Anouk Schollähn bei dtv

- Frauen mittleren Alters, die zu viel sitzen, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28571-1

Autor*in Dora Heldt bei dtv

- Liebe oder Eierlikör – Fast eine Romanze, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-25458-8
- Die Familienangelegenheiten der Johanne Johansen, TB mit Klappe, ISBN: 978-3-423-22148-1
- Zwischen Gut und Böse, Paperback, ISBN: 978-3-423-26462-4
- Böse Leute, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-22156-6
- Wir sind die Guten, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-22179-5
- Frauen mittleren Alters, die zu viel sitzen, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28571-1
- Kein Wort zu Papa, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-22238-9
- Urlaub mit Papa, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-22240-2
- Zwischen Gut und Böse, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-22236-5
- Tante Inge haut ab, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-22239-6
- Schnee ist auch nur hübschgemachtes Wasser, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-25412-0
- Im Grunde ist alles ganz einfach, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-21644-9
- Mathilda oder Irgendwer stirbt immer, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-21949-5
- Bei Hitze ist es wenigstens nicht kalt, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-25359-8
- Mathilda oder Irgendwer stirbt immer, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-25450-2
- Geld oder Lebkuchen, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28308-3
- Urlaub mit Papa, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-25303-1
- Ausgeliebt, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-25347-5
- Herzlichen Glückwunsch, Sie haben gewonnen!, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-25360-4
- Da fällt mir noch was ein …, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-21744-6
- Tante Inge haut ab, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-25308-6
- Bei Hitze ist es wenigstens nicht kalt, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-21628-9
- Geld oder Lebkuchen, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-25456-4
- Sommer. Jetzt!, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-25424-3
- Sommer. Jetzt!, Flexcover, ISBN: 978-3-423-21728-6
- Urlaub mit Papa, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-21143-7
- Siebenmeter für die Liebe (spielen, aber nicht küssen!), Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-71911-7
- Alles eine Frage der Perspektive, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-21830-6
- Drei Frauen am See, TB mit Klappe, ISBN: 978-3-423-21809-2
- Herzlichen Glückwunsch, Sie haben gewonnen!, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-21529-9
- Schnee ist auch nur hübschgemachtes Wasser, Flexcover, ISBN: 978-3-423-21694-4
- Ausgeliebt, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-21665-4
- Unzertrennlich, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-21133-8
- Drei Frauen und ein falsches Leben, TB mit Klappe, ISBN: 978-3-423-22078-1
- Drei Frauen, vier Leben, TB mit Klappe, ISBN: 978-3-423-21244-1
- Wind aus West mit starken Böen, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-21617-3
- Da fällt mir noch was ein …, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-25436-6
- Kein Wort zu Papa, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-21362-2

- Alles eine Frage der Perspektive, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-25008-5
- Liebe oder Eierlikör – Fast eine Romanze, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28337-3

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München