

Presseinformation

Mara Anders

**Wie du frech, wild und wunderbar jung bleibst
beim Älterwerden**

14 x 21 cm, 200 Seiten

ISBN 978-3-95904-200-0 – 22,80 Euro

Edition Forsbach 2023

Erscheint am 15. November 2023

Du musst nicht frech und wild werden, um wunderbar zu sein

Aber eine gehörige Portion dieser Eigenschaften hilft enorm, damit dein eigenes Alter erfüllend, bewegt und magisch werden kann.

Denn gutes Älterwerden ist eine Frage der Energie – nicht der Konservierung.

Mara Anders, seit 28 Jahren über 50, packt mit dir gemeinsam drei Geschenke aus, die dein Alter in neuem Licht erscheinen lassen:

- Wir schauen uns die unausgesprochenen Regeln an, die unser Älterwerden bestimmen.
- Wir untersuchen Weichen, die gestellt werden können.
- Und wir drehen dann ein paar Schrauben.

Alles mit dem Ziel, immer im besten Alter zu sein.



Mara Anders, erfahrene Optimistin, die gründlich gelernt hat, aus Stroh Gold zu spinnen.

Seit 28 Jahren über 50, Schulversagerin, Au-Pair-Mädchen in England, Journalistin, Abiturientin, Studentin der Psychologie und Pädagogik.

40 Jahre als Dozentin an einer pädagogischen Akademie für Quereinsteiger zuständig, d. h. entsprechend lang Erfahrung mit Menschen im Umbruch.

Intensive eigene Auseinandersetzung mit dem Thema, mangels Vorbildern langwierig und von Umwegen geprägt.

Ehefrau, Mutter eines Adoptivsohnes, Pflegemutter einer Enkelin und immer im besten Alter.

www.maraanders.de

Edition Forsbach, Küchelstraße 9, 96047 Bamberg

Telefon: +49 951 96439936, info@edition-forsbach.de, www.edition-forsbach.de,

USt-IdNr.: DE815402804, Verkehrsnummer: 15031