

macht man nur, wenn man entweder jung, unverbraucht und dumm genug ist, das Kleingedruckte im Castingvertrag zu ignorieren, oder wenn man mit über 90 noch munter am Barren baumelt und im Internet steilgeht. Dazwischen herrscht offenbar so viel gähnende Leere wie im Hirn eines Traumschiff-Drehbuchautors.

Zeit, mal was für das echte Mittelalter-Weib zu tun: Hier sind Geschichten für normale Frauen jenseits von Botox und Biobaumwoll-Bomber, die allenfalls in Lachtränen ausbrechen, wenn sie fast täglich feststellen müssen: »Moment mal, letzte Woche hat's doch noch gepasst!« Die kein Blatt vor den Mund nehmen und sich keinen Kartoffelsack über den Kopf ziehen wollen, nur weil sie jetzt zur angeblich uninteressanten Zielgruppe der Ü-49-Jährigen zählen.

Trosthäppchen (mit dick Butter drauf!) für

Petras, Marions und Claudias, die mitten im Leben stehen, obwohl sie sich eigentlich viel lieber setzen würden. Und für Männer, die Frauen verstehen wollen (Aber vergesst es, Männer. Wenn ihr Frauen verstehen wollt, geht zu *dm* und nehmt euch, obwohl ihr nix Bestimmtes braucht, einfach schon mal den großen Einkaufswagen.).

Falls Sie sich noch unsicher sind, ob Sie bereits in jener Altersphase angekommen sind, in der Sie dieses Buch dringend brauchen, machen Sie doch den Schnelltest: Wenn mindestens drei der folgenden Sätze auf Sie zutreffen, ist dieses Buch für Sie:

- ✓ Sie sind in der Lage, Straßenkarten zu lesen.
- ✓ Sie summen Lieder mit, die auf WDR 4 laufen.
- ✓ In der *Gala* kennen Sie keine Promis mehr

unter 40.

- ✓ Sie haben nur noch drei Ziele im Leben, und vier davon wissen Sie nicht mehr.
- ✓ Das Vorglühen ist bereits die Party.
- ✓ Sie brauchen keinen Kassettenrekorder mit einem Tape der *Einstürzenden Neubauten* auf der Schulter zu tragen, um im Bus einen Platz zu bekommen.
- ✓ Sie führen lange Gespräche über gutes Olivenöl.
- ✓ Sie sagen den Satz »Zwei Doppelte bitte« nur noch zu Ihrem Apotheker.
- ✓ Sie haben zu Hause sehr viel Platz – außer im Medizinschrank.
- ✓ Sie haben in Ihrer Clutch mindestens drei klein gefaltete Einkaufstaschen von *Rossmann*.
- ✓ Sie haben Ihren Instagram-Account nur, um

Ihre Kinder zu kontrollieren.

- ✓ Sie haben kaum noch Wünsche, dafür aber ganz viele Symptome.
- ✓ Sie kennen noch Wörter wie Telefonkette, Testbild und Matrizendrucker.
- ✓ Sie haben einen Ordner, auf dem ein Etikett klebt mit »Andere Krankheiten«.
- ✓ Sie kennen keine »Freundschaft plus«, sondern eine »Ehe minus«.

Wenn Ihnen das Buch nicht gefällt, können Sie's ja immer noch als Sitzgelegenheit fürs Hormonyoga nehmen. Oder aus den herausgerissenen Seiten eine nachhaltige Inkontinenzeinlage basteln. Wenn ich Ihnen an dieser Stelle aber schon mal eine Lebensweisheit to go, quasi ein Wandtattoo für Plastikverweigerer oder auch eine

hochphilosophische Glückskeks-Weisheit mitgeben darf, um Sie auf die nun folgenden verquerten Lebensansichten einer fast (Fast! Bitte! Da lege ich Wert drauf!) 50-Jährigen einzustimmen, bitte schön:

*Die Jugend kommt nie zurück. Das Alter aber auch nicht.*