

Pressemitteilung

10.03. 2026

Pressemitteilung zur Veranstaltung Menopausen Queen mit Kerstin von der Linden in der Abendakademie am 26.03. 2026 ab 19 Uhr

Schwitzen – Eskalieren – Krone richten

Menopausen Queen: Durch die Wechseljahre mit Würde, Witz und Widerstandskraft – Lesung und Gespräch mit Kerstin von der Linden.

Wenn der ganz persönliche Klimawandel plötzlich vor der Tür steht heißt es zwischen Schwitzen und Eskalieren die Krone richten und weitermachen. Was Frau jetzt braucht ist Humor und Zuversicht – denn noch ist nicht aller Tage Abend. Ganz im Gegenteil: Es ist nur eine Phase, die auch völlig neue Perspektiven bieten kann.

Mit ihrem Überlebensguide „Menopausen Queen“ liefert Kerstin von der Linden nicht nur interessante Fakten, sondern vor allem auch gute Strategien, um die gefürchteten Wechseljahre mit einer guten Portion Selbstironie gelassen zu überstehen und sich selbstbewusst neu zu entdecken. In ihrem Buch führt sie Frauen durch die Wechseljahre mit Würde, Witz und Widerstandskraft und macht das Leben in dieser heißen Phase nicht nur erträglich, sondern zu einer amüsanten Erfahrung.

Eine weitere wichtige Botschaft: Mit diesem Thema ist Frau nicht allein; weswegen alle Menopausen Queens bei der Veranstaltung am 26. März um 19 Uhr in der Mannheimer Abendakademie auch ein Glas Sekt zum Eintritt erhalten.

Kerstin von der Linden ist Journalistin, Autorin, Moderatorin, unter anderem moderiert sie seit 2001 die Sendung Lokalzeit im WDR. Sie bezeichnet sich selbst als „Expertin im Eskalieren mit Haltung.“ Ihr Buch MENOPAUSEN QUEEN erschien im August 2025 im Verlag KomplettMedia. Im Gespräch mit Frauke Kühnl, Leitung Marketing und Kommunikation bei der Mannheimer Abendakademie, stellt Kerstin von der Linden ihr Buch vor und beantwortet Fragen aus dem Publikum.

Auf einen Blick:

Veranstaltung: Menopausen Queen, Lesung und Gespräch mit Kerstin von der Linden

Ort: Mannheimer Abendakademie, großer Saal

Datum: Donnerstag, 26.03.2026

Uhrzeit: 19 Uhr

Eintritt: 12 Euro, Anmeldung unter www.abendakademie-mannheim.de. Tickets gibt es auch an der Abendkasse.

Die Presse ist herzlich eingeladen!

Die Mannheimer Abendakademie zählt zu den ältesten und größten Volkshochschulen Deutschlands. Als öffentliche Bildungseinrichtung ermöglicht sie lebensbegleitendes Lernen und bietet Bildungsangebote für alle Menschen. Sie fördert Teilhabe und Integration und steht für Vielfalt und individuelle Persönlichkeitsentwicklung. Von Gesellschaft und Politik über Karriere und Beruf, Kultur, Gesundheit sowie Tanz und Lebensart bildet die Mannheimer Abendakademie ein breit gefächertes Portfolio für Menschen in nahezu allen Lebenslagen ab.

Marketing und Kommunikation ▪ Frauke Kühnl, Leitung Kommunikation
E-Mail f.kuehnl@abendakademie-mannheim.de ▪ Tel. 0621 1076-253
Mobil: 0049 1575 191 1424

Mannheimer Abendakademie ▪ U 1, 16 - 19 ▪ 68161 Mannheim
Tel. 0621 1076-150 ▪ www.abendakademie-mannheim.de