



Byd velkommen til en snak, der er længe ventet!

En rejse gennem overgangsalderen kan også være positiv. I *Skønne Kvinde - er du i overgangsalderen?* fortæller 14 kvinder om deres erfaringer og ofte gode oplevelser med overgangsalderen.

”Vi har brug for at grave dybere og forstå, hvordan overgangsalderen opleves forskelligt, præget af vores eget livsforløb og egne udfordringer.” Sådan siger 53-årige Lilian Pars, der nu debuterer med en bog om overgangsalderen. En bog, som overraskende viser, at mange kvinder også ser overgangsalderen som en ny og positiv start. For det er ikke kun heftige svedeture, energimangel og søvnløse nætter. Overgangsalderen kan også være forbundet med selvkærlighed, frihed og nye drømme.

Lilian har selv levet med en kritisk sygdom i 16 år, som påvirkede hendes oplevelse af overgangsalderen. ”Med mine erfaringer i bagagen står jeg nu her ved en ny overgang, der har rejst flere spørgsmål end svar. Først da man i medierne begyndte at fokusere på overgangsalderen, gik det op for mig, at en stor del af mine udfordringer også kunne være hormonelle forandringer.”

Disse erfaringer har inspireret Lilian til at dele ud af sine oplevelser og skabe håb hos andre kvinder. Lilians budskab med bogen er klart: ”Vi kvinder må stå sammen og anerkende, at vi hver især har vores egen historie og egne vilkår, som gør vores overgangsalder til en unik og individuel oplevelse. Med min bog ønsker jeg at dele mine og 13 andre unikke kvinders erfaringer og inspirere kvinder til at omfavne overgangsalderen som en del af livets udvikling.”

Skønne Kvinde - er du i overgangsalderen? udkommer ved Byens Forlag den 29. november 2024.

1. udgave, 1. oplag

ISBN 978876161903

Hæftet, 125 x 200 mm

248 sider / 299 kr.

Omslag og illustrationer: *Sanne Melgaard*

Grafisk tilrettelegning: *Amanda Hansen*

Udk. 29. november 2024



Om forfatteren:

Lilian Pars har siden 2008 været kritisk syg med en tumor i nakken. Sygdoms-symptomerne har gjort det svært at skelne mellem sygdom og overgangsalder. Dette har gjort hende opmærksom på, hvor forskelligt kvinder oplever overgangsalderen på grund af deres egne personlige erfaringer. Lilian Pars' ønske med *Skønne kvinde - er du i overgangsalderen?* har derfor været at give et mere bredt og autentisk billede af, hvad det vil sige at være midtlivs-kvinde.

KONTAKT

Lilian Pars
lilianpars@gmail.com

Mathilde Møller Molbo
mathilde@byensforlag.dk

