

## Presstext

“Frauen haben kein Ablaufdatum!”

Dies ist das Motto von Petra van Bremen, die davon überzeugt ist, dass das Leben ab fünfzig noch mal so richtig gut wird. Petra van Bremen ist eines der prominentesten internationalen Best-Ager-Models und zugleich erfolgreiche Grey-Hair-Influencerin. Die *Times* kürte sie dieses Jahr zu einer der 20 wichtigsten Stil-Ikonen der Welt.

In ihrem inspirierenden Guide zeigt die 63-Jährige anderen Frauen, wie man sich durch Ernährung und Sport fit hält, seinem Stil treu bleibt oder auch einen neuen findet und worauf es bei Pflege und Make-up ankommt. Doch vor allem geht es um die richtige innere Einstellung: Das eigene Alter zu akzeptieren und zugleich etwas dafür zu tun, dass man voller Energie bleibt.

Petra van Bremen spricht offen und unverblümt auch über vermeintliche Tabu-Themen wie etwa Schönheits-Ops, Partnersuche über 40, die Symptome der Menopause und ihr eigener Umgang damit. Zusammen mit der Journalistin Helene van Santen hat sie zudem Interviews mit Fachfrauen geführt, die Expertinnen-Tipps zu Sexualität und Partnerschaft, Psychologie, Fitness und Ernährung, Frauengesundheit, Hautpflege, Mode und Stil beitragen.

“Deine beste Zeit ist jetzt” ist ein Motivationshandbuch für Frauen mit vielen Tipps für eine fitte, vitale und glückliche zweite Lebenshälfte.



**Petra van Bremen** ist Anfang 60 und ein deutsch-niederländisches internationales Topmodel sowie Grey-Hair-Influencerin. Sie lebt in Hamburg, arbeitet

regelmäßig für diverse Magazine und Werbetreibende und ist häufig auf dem Laufsteg und in Fernseh-Talk-Shows zu sehen.



**Helene van Santen** ist Journalistin und Chefredakteurin des niederländischen Frauenmagazins *Margriet*. 2020 wurde ihr der *Mercur Editor of the Year Award* verliehen.

**KNESEBECK**

Das besondere Buch



**Petra van Bremen  
& Helene van Santen**

**Deine beste Zeit ist  
jetzt**

**Mit Energie und Stil in die  
zweite Lebenshälfte**

**Klappenbroschur, 208 Seiten,  
mit 40 farbigen Abbildungen und 24  
Illustrationen**

**aus dem Niederländischen von Christiane  
Burkhardt und Janine Malz**

**Preis € 28,- [D] 28,80 [A]**

**ISBN 978-3-95728-657-4**

**Erscheinungstermin 22. September 2022**

Weitere Informationen:

Homepage: [www.petravanbremen.com](http://www.petravanbremen.com)

Instagram: @petravanbremen

Twitter: @pvbremen

Homepage: [www.helenevansanten.com](http://www.helenevansanten.com)

Instagram: @helenevansanten

Twitter: @HelenevanSanten

Gerne senden wir Ihnen die Übersicht aller freigegebenen Pressebilder. Im Rahmen einer Rezension sind das Cover sowie bis zu drei Bilder aus der Presseauswahl zum Abdruck freigegeben.

Sprechen Sie uns gerne an!

## Pressebilder

Petra van Bremen & Helene van Santen: Deine beste Zeit ist jetzt

**KNESEBECK**

*Das besondere Buch*



**Bild 1**  
Seite 7



**Bild 2**  
Seite 7



**Bild 3**  
Seite 23



**Bild 4**  
Seite 23



**Bild 5**  
Seite 23



**Bild 6**  
Seite 23



**Bild 7**  
Seite 67



**Bild 8**  
Seite 67



**Bild 9**  
Seite 67



**Bild 10**  
Seite 75



**Bild 11**  
Seite 90



**Bild 12**  
Seite 101



**Bild 13**  
Seite 101



**Bild 14**  
Seite 101



**Bild 15**  
Seite 132



**Bild 16**  
Seite 163



**Bild 17**  
Seite 171



**Bild 18**  
Seite 172



**Bild 19**  
Seite 173



**Bild 20**  
Seite 176



**Bild 21**  
Seite 179



**Bild 22**  
Seite 179



**Bild 23**  
Seite 179

### Copyrights:

**Bild 1, 3, 4,5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 21, 23:**

**Michael Kubenz/Knesebeck Verlag**

**Bild 2, 16, 17, 22:**

**Liubov Fominykh/Knesebeck Verlag**

**Bild 11, 18, 19, 20:**

**Virginia Romo/Knesebeck Verlag**

**Auf Wunsch senden wir Ihnen gerne Druckdaten. Bis zu drei Fotos, ein Autorenfoto sowie das Cover sind im Kontext einer Buchbesprechung honorarfrei.**

**Online dürfen Sie gern mehr Bilder (in geringerer Auflösung) zeigen. Für TV-Beiträge können Sie ebenfalls mehr Bildmaterial verwenden. Melden Sie sich dazu gern bei uns!**