Pressemappe

Die Hängematte und die Kolibris — Roman von Karine Baridon

Ein Buch, das leben wollte!



Nützliche Infos, um darüber zu sprechen

Das Buch

47 Kapitel online zu lesen, fertiger Text, wird noch korrigiert

22 Kapitel korrigiert

498 Seiten

15,2 × 22,9cm

Taschenbuch **20** €

ISBN 979-10-989861-0-9

Das Hörbuch

8 von der Autorin gelesene Kapitel: Website, Spotify, YouTube

Die Lieder

14 eigene Lieder, eins pro gesungenem Kapitel: Website, Spotify, YouTube, Suno

27 im Roman zitierte Lieder: Website, Spotify

Die Welt des Romans entdecken

21 Figuren

39 Orte

345 witzige Sprüche

339 erfundene Wörter

25 rote Fäden

249 Hommagen

Werkzeuge, mit denen Leser eigene Werke schaffen und veröffentlichen können

37 kreative Challenges

die Galerie , um eigene Werke zu veröffentlichen

Praktische Leitfäden für Beziehungen

35 Praxisblätter aus dem Kolibri-Kit, ein Überlebenskit für Beziehungen

Eine Serienadaption, bereits geschrieben

als Serie adaptierbarer Roman (Projekt auf Anfrage)

56 Szenen der Pilotfolge

Das Buch auf einen Blick

Titel — ***Die Hängematte und die Kolibris — Meine Feder ist mein Nein***
Autorin — Karine Baridon
Kategorie — Roman
Genre — Tragikomödie
Stil — Selbstironie, absurder Humor, Ironie
Themen — Resilienz, Kreativität, Humor, Verwandlung, Freiheit
Verlag — Selbstverlag
Erscheinung — bald
ISBN — 979-10-989861-0-9 (Taschenbuch)
Seiten — 498
Formate — Taschenbuch 15,2 × 22,9 cm · E-Book · Hörbuch · kostenlos online lesen, Details auf der Seite Unterstützen

Das Regal — Roman, Tragikomödie, stark metafiktional und zum Mitmachen.

Die Schlagwörter — Tragikomödie · Selbstironie · Resilienz · Kreativität · Humor.

© 2026 Karine Baridon — Die Hängematte und die Kolibris — alle Rechte vorbehalten
presse@lehamacetlescolibris.com · www.lehamacetlescolibris.com

Die Regalnachbarn, zur Orientierung — Daniel Pennac, für die Zärtlichkeit und die direkte Ansprache des Lesers. Nora Ephron, für die Trennung, die zur Komödie wird. Helen Fielding, für die selbstironische Stimme. Amélie Nothomb, für das Spiel mit dem eigenen Bild. Raphaëlle Giordano und Agnès Martin-Lugand, für den Roman des Neuanfangs. Und Gianni Rodari, für das Buch, das zum Erschaffen einlädt.

Die Leser — wer liest, um sich besser zu fühlen, wer aus dem Wellness-Bereich kommt, und wer selbst erschafft.

Der Steckbrief des Romans passt auf eine Seite: das Cover, das Buch auf einen Blick (Kategorie, Genre, Stil), der Klappentext, die Autorin und der QR-Code der Website.

Steckbrief des Romans herunterladen

media.lehamacetlescolibris.com/pdf/steckbrief-des-romans-die-haengematte-und-die-kolibris-de.pdf

Klappentext

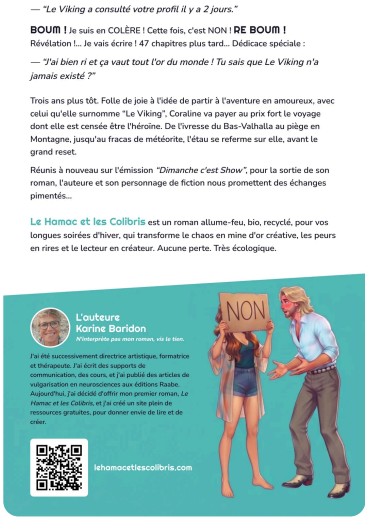
— „Der Wikinger hat vor 2 Tagen Ihr Profil besucht."

BUMM! Ich bin WÜTEND! Diesmal heißt es NEIN! NOCHMAL BUMM! Erleuchtung!... Ich schreibe ein Buch! 47 Kapitel später... Eine ganz besondere Widmung:

— „Ich habe herzlich gelacht, und das ist alles Gold der Welt wert! Weißt du, dass es den Wikinger nie gegeben hat?"

Drei Jahre zuvor. Coraline ist ganz aus dem Häuschen: Sie bricht mit ihrem Liebsten zum Abenteuer auf, mit dem Mann, den sie „den Wikinger" nennt. Doch die Reise, deren Heldin sie sein soll, kommt sie teuer zu stehen. Vom Rausch im Bas-Valhalla über die Falle in den Bergen bis zum Krachen des Meteoriten: Die Schlinge zieht sich zu, bis zum großen Reset.

Wieder vereint in der Sendung *„Sonntag ist Showtime!"*: Zum Erscheinen ihres Romans versprechen uns die Autorin und ihre Romanfigur einen gepfefferten Schlagabtausch...



Die Hängematte und die Kolibris ist ein Roman zum Anfeuern, bio und recycelt, für lange Winterabende. Er macht aus Chaos eine kreative Goldmine, aus Ängsten Lachen und aus dem Leser einen Schöpfer. Kein Verlust. Total öko.

In hoher Auflösung herunterladen

media.lehamacetlescolibris.com/images/le-hamac-et-les-colibris-karine-baridon-dos-de-couverture-grand.webp

Autorin — Karine Baridon



Interpretier meinen Roman nicht, leb deinen eigenen.

Ich war Art Director, dann Trainerin und Therapeutin. Ich habe Werbetexte und Kurse geschrieben und im Raabe Verlag populärwissenschaftliche Artikel über Neurowissenschaften veröffentlicht. Heute verschenke ich meinen ersten Roman, *Die Hängematte und die Kolibris*, und habe dazu eine Website voller Gratis-Ressourcen gebaut, die Lust aufs Lesen und aufs Erschaffen macht. Mein Wunsch ist es, aus dem Leser einen Schöpfer zu machen. Auf meiner Website ist alles geschenkt. Man kommt zum Lesen und kommt wieder, um zu erschaffen. Der Leser kann den Roman lesen, ihn hören und sogar singen! Er kann spielen, Challenges annehmen, Praxisblätter nutzen, eigene Werke in einer Galerie veröffentlichen und Teil des Verzeichnisses der Kreativen werden, um seine Arbeit zu zeigen und kontaktiert zu werden. Erschaffen ist universell: Lassen wir unsere Kreativität strahlen.

© 2026 Karine Baridon — Die Hängematte und die Kolibris — alle Rechte vorbehalten
presse@lehamacetlescolibris.com · www.lehamacetlescolibris.com

die Seite der Autorin

Porträt herunterladen media.lehamacetlescolibris.com/images/site-portrait-karine-baridon.webp · Interview tally.so/r/VLaP46

Pressemitteilung

Alles beginnt mit einer Benachrichtigung: „Der Wikinger hat Ihr Profil besucht."

In *Die Hängematte und die Kolibris*erzählt Karine Baridon, wie eine Frau beschloss zu erschaffen, statt zu grübeln. Sie hat ihre Wut in eine Figur verwandelt, ihre Ängste in Lachen, ihr Chaos in einen Roman.

Das Buch wagt eine seltene Form. Die Autorin spricht mit ihrer eigenen Figur. Beide werden von einem Journalisten in einer Fernsehsendung interviewt. Die vierte Wand fällt, und der Leser wird selbst zum Schöpfer.

Rund um den Roman führt die Autorin ein kostenloses, gemeinschaftliches Projekt. Der Roman wird online verschenkt, zum Lesen und zum Hören. Die Website gibt den Lesern Werkzeuge zum Erschaffen — Spiele, Übungen, kreative Challenges, Praxisblätter — und eine Galerie, um ihre Werke unter ihrem Namen zu veröffentlichen.

Jeder Leser kann mitmachen: schreiben, zeichnen, komponieren, filmen. Das Projekt lebt von dieser kreativen Beteiligung und von der Unterstützung seiner Leser. Karine Baridon steht für Interviews zur Verfügung.

Als PDF herunterladen media.lehamacetlescolibris.com/pdf/pressemitteilung-die-haengematte-und-die-kolibris-de.pdf

Zitate

„Meine Feder ist mein Nein." (Kap. 47)

„Interpretier meinen Roman nicht. Leb deinen eigenen." (Kap. 47)

„Ich lache lieber darüber und bin frei, als recht zu haben und darüber zu weinen." (Kap. 1)

„Geheilt, nicht verbittert. Ich habe verziehen. Ich bin frei." (Kap. 1)

„Erlebt, belacht, davon gelebt!" (Kap. 45)

Alle Zitate lehamacetlescolibris.com/citations-de · Die witzigen Sprüche lehamacetlescolibris.com/phrases-de

Mögliche Themenansätze

Nur als Anregung: Den Blickwinkel wählen Sie.

Wut in Kreativität verwandeln: Resilienz durch Humor.
Eine neue Struktur: Die Autorin spricht mit ihrer Figur, unter den Augen eines Journalisten.
Der Leser als Schöpfer: ein online verschenkter Roman und eine Galerie für seine Werke.
Von der Art Director zur Autorin: eine kreative Neuorientierung.
„Geheilt, nicht verbittert": heilen statt sich rächen.
Selbstverlag und eine kostenlose Website: ein Modell, in dem alles geschenkt ist und das gedruckte Buch verkauft wird.

Die roten Fäden des Romans lehamacetlescolibris.com/fils-de

Kostenloses, gemeinschaftliches Projekt

Der Roman wird online verschenkt, zum Lesen und zum Hören. Die Autorin lädt jeden Leser ein, zum Schöpfer zu werden: schreiben, zeichnen, komponieren, filmen, ausgehend vom Roman.

Die Website gibt den Kreativen Werkzeuge zum Erschaffen — Spiele, Übungen, kreative Challenges, Praxisblätter — und eine Galerie, um ihre Werke unter ihrem Namen zu veröffentlichen.

© 2026 Karine Baridon — Die Hängematte und die Kolibris — alle Rechte vorbehalten
presse@lehamacetlescolibris.com · www.lehamacetlescolibris.com

Die Leser unterstützen das Projekt mit einem solidarischen Abo, einer Spende oder dem Kauf eines Buchs.

Erschaffen lehamacetlescolibris.com/creer-de · Galerie lehamacetlescolibris.com/galerie-de · Unterstützen lehamacetlescolibris.com/soutenir-de

Alle Links zum Roman

Die Website — lehamacetlescolibris.com lehamacetlescolibris.com
Den Roman online lesen, kostenlos — die Seite Lesen lehamacetlescolibris.com/lire-de · der Steckbrief des Romans, mit QR-Code (PDF) media.lehamacetlescolibris.com/pdf/steckbrief-des-romans-die-haengematte-und-die-kolibris-de.pdf
Das Hörbuch, gelesen von der Autorin (auf Französisch) — der Podcast auf Spotify open.spotify.com/show/6Q4x2UFBzKCUN0czk4izB · der YouTube-Kanal youtube.com/@lehamacetlescolibris
Die Lieder des Romans — die YouTube-Playlist youtube.com/playlist?list=PLYpUDO6BOc8o · die Spotify-Playlist der Lieder open.spotify.com/playlist/1wHP1v0SbrRYDcsVLjvnUf · auf Suno suno.com/@baridonkarine7 · auf der Website lehamacetlescolibris.com/playlist-de
Die Musik, die im Roman vorkommt — die Spotify-Playlist open.spotify.com/playlist/3Krv411idBq0ori9VtMWys
Die Welt des Romans entdecken — Figuren, Karte der Orte, erfundene Wörter, Sprüche lehamacetlescolibris.com/decouvrir-de · das Kolibri-Kit, 35 Praxisblätter lehamacetlescolibris.com/fiches-de
Mit dem Roman erschaffen — erschaffen lehamacetlescolibris.com/creer-de · dein Werk einreichen lehamacetlescolibris.com/deposer-de · die Galerie lehamacetlescolibris.com/galerie-de · das Unterrichtsmaterial lehamacetlescolibris.com/enseignants-de
Die Fernsehserie — das Drehbuch, auf Französisch (PDF) media.lehamacetlescolibris.com/pdf/scenario-serie-tv-le-hamac-et-les-colibris-premieres-pages-fr.pdf · das Drehbuch, auf Englisch (PDF) media.lehamacetlescolibris.com/pdf/tv-series-script-the-hammock-and-the-hummingbirds-first-pages-en.pdf
Den Roman unterstützen — das E-Book oder das Buch kaufen lehamacetlescolibris.com/soutenir-de
Instagram — @lehamacetlescolibris instagram.com/lehamacetlescolibris
Die Pressemitteilung — PDF media.lehamacetlescolibris.com/pdf/pressemitteilung-die-haengematte-und-die-kolibris-de.pdf
Das Porträt der Autorin — Bild media.lehamacetlescolibris.com/images/site-portrait-karine-baridon.webp

Inspirationen und Hommagen

Der Roman grüßt die Autoren, Künstler und Kreativen, die ihn inspiriert haben: 249 Kreative, mit ihren Werken und den Kapiteln, in denen sie vorkommen. Genug, um weiterzulesen und dazuzulernen.

Die Hommagen entdecken lehamacetlescolibris.com/hommage-de

Verfilmungen

Die Autorin, Karine Baridon, hat das Drehbuch der Pilotfolge einer Fernsehserie nach dem Roman geschrieben: 56 Szenen auf Französisch und den ersten Teil auf Englisch, um es Produzenten und Regisseuren anzubieten und auf den Bildschirm zu bringen.

Das Projekt sieht 47 Folgen à 26 Minuten vor, eine pro Kapitel des Romans.

Die 47 Folgen lehamacetlescolibris.com/serie-de · Die Videos lehamacetlescolibris.com/galerie-de#g-videos

Interview anfragen

Persönlich oder per Video.

Kontakt: das Formular · presse@lehamacetlescolibris.com

Nützlich: der Kalender der Buchmessen und Buchtermine

© 2026 Karine Baridon — Die Hängematte und die Kolibris — alle Rechte vorbehalten