

Maren Peters

Das Leben ist zu kurz für billige Frischhaltefolie

**10 Dinge, von denen frau sich lieber
heute als morgen befreien möchte**

Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	13
1. Sex – das klebrige Thema	31
2. Diäten – der dünnste Ratschlag der Welt?	61
3. Ihre Komfortzone – wie gefangen sind Sie?	73
4. Von der H- <i>ex</i> -e in uns allen – die Ex	91
5. Das Single-Dasein – Glück gehabt oder vom Pech verfolgt?	103
6. Die Kindheit – die schönste Zeit im Leben?	115
7. Das Altern – traumatisch oder befreiend?	127
8. Die liebe Familie – das <i>auch</i> noch!	143
9. Affären – ein Leitfaden zum Aufwachen	165
10. Beziehungen mit dem Mann als solchem – passt oder drückt der Schuh?	183
Selbstakzeptanz – warum das Ich mehr Macht verdient	207
Nachwort	219
Meinen herzlichen Dank an ...	221