

# Inhalt

---

<b>1. Ein paar Worte vorweg</b> .....	<b>9</b>
<b>2. Fast ein Märchen</b> .....	<b>13</b>
Ha Punkt .....	15
Mann, ist der dünn! .....	16
Kaffee in Karlsruhe .....	22
Offenbarung in Stuttgart .....	25
Lachen in Lachen .....	28
<b>3. Märchenprinzen und Machiavellis</b> .....	<b>33</b>
Verfallsdatum beachten! .....	34
Setz dich an erste Stelle! .....	36
Alptraum Alphamann .....	40
Eine schöne Bescherung .....	41
Wie kannst du mich anklagen! .....	44
Alains magische Hände .....	49
Wie kann man sich schützen .....	53
<b>4. Frauen und all ihre Hüte</b> .....	<b>61</b>
Frauen als Töchter .....	62
Bin ich eine gute Mutter? .....	70
Frauen im Job .....	80
Frauen als Partnerin .....	88
Frauenfreundschaften .....	94
Schönheitswahn – Plastikbusen im Meer .....	100

<b>5. Finanzen? – Das macht der Heinz!</b> .....	<b>105</b>
Die Macht unserer Glaubenssätze .....	109
Altersarmut ist weiblich .....	111
Geld verdirbt den Charakter? .....	113
Mach dich schlau, Frau! .....	116
Sparpotenzial – größer als man denkt! .....	118
Ich kauf mir was! – Brauch ich das? .....	119
Folge deinen Träumen! .....	121
Sparen im Alltag – Tipps & Tricks .....	125
Investieren – Aktien statt Schuhe .....	132
Eiskalte Fakten: Investieren statt Sparen! .....	136
Mythen über Aktien .....	138
ETF – ein Sparplan, der rockt! .....	139
Schritt für Schritt zum ETF-Sparplan .....	141
Vorteile ETF – kurz und knapp .....	144
Risiko – das kann ich wagen .....	145
Frauen, die besseren Anleger .....	147
Regeln statt Reue .....	149
Frösche küssen? – Kröten zählen! .....	152
<b>6. 40 Jahre Fernsehen – Danke!</b> .....	<b>155</b>
Schulfunk – Putzfrau auf Sendung .....	161
Puff & Suff – Dich kenn ich doch! .....	162
SO fährt man einen Rollstuhl .....	163
New York – Dildo de Luxe .....	167
Champagner-Jochen versteht Spaß .....	170
Dienstags ist der beste Tag .....	174
In den Fängen von Sünde und Schuld .....	176
Gehen wenn's am schönsten ist – RTL .....	181

<b>7. Loslassen – Das Beste zum Schluss</b> .....	<b>185</b>
Hilfe Cellulite! – Wie komm ich ins Wasser? .....	189
Ab 50 steigt das Glück.....	193
Bis 80 jung sein – warum nicht? .....	195
Inventur: Was mir guttut.....	197
Ja! – Jetzt sag ich Nein! .....	200
Achtsam vom Außen ins Innen .....	201
Das große Glück in kleinen Dingen.....	203
Fettnäpfchen und Narrenfreiheit .....	204
Auf zu neuen Ufern! .....	205