

Viele Leben, ein Magazin · www.myself.de

■ WAHRES LEBEN ■ MODE ■ SCHÖNHEIT ■ DENKEN & FÜHLEN ■ GENIEßEN ■ ZUHAUSE ■ ENTDECKEN

myself

FEBRUAR 2010
3 €
DEUTSCHLAND,
ÖSTERREICH
SFR 6 SCHWEIZ

126

*Lieblings-
Looks fürs
Frühjahr*

**Das beste
Sex-Toy?
Ihr Computer!**
**Glücklich
ohne Kind**
Ja, das geht

Besser essen,
**entspannt
abnehmen**

- **Der 7-Tage-Plan fürs Büro**
- **Gewürze als Fatburner**

Brustkrebs
Neue Therapien,
hochwirksam und sanft

3.3
Adressen,
die das
Leben leichter
machen
(von Mietkoch bis
Job-Coach)



Suche dringend einen Coach

Ein Wäscheberg ist so hoch wie der Mount Everest, der Babysitter krank und die Frisur endgültig hinüber. Na und? Lesen Sie den *Survival-Guide* für genervte Businessfrauen

Text Katja Dreißigacker und Petra Harms

1 Zwei Stunden für Waschen, Schneiden, Strähnchen? In der Mittagspause kaum zu schaffen. Die Haarstylisten von www.dierollendenfriseure.de kommen nach Hause oder ins Hotel und verpassen Ihnen einen neuen Look. Von 8 bis 22 Uhr oder noch später. Bis jetzt gibt es den genialen Service in Karlsruhe, Hannover, Berlin, Mannheim und Heidelberg. Weitere Städte sollen folgen.

2 Geschäftsfrauen, die es satt hatten, mit hässlichen Hotels, engen Sitzplätzen im Flugzeug und Ecktischen im Restaurant abgespeist zu werden, haben sich zusammengetan. Auf www.journeywomen.com verraten sie ihre besten Tipps.

3 Die Kollegin wird Mutter, aber wer hat Zeit, zig Baby läden zu durchforsten? Das besondere Geschenk findet man auch auf www.linodi.com. Très joli!

4 Der heiße Draht – www.mt-berater.ag bietet professionelles Job-Coaching, auch am Telefon. Vorteile: schnell, flexibel, kein Anreisestress.

5 Oh Gott, gestern hatte Ihre Patentante Geburtstag und Sie haben's vergessen. Engagieren Sie www.memotome.com. Kostenlos bekommen Sie Erinnerungsmails mit wichtigen Terminen, Geburts- und Jahrestagen. Wer eine „Don't forget“-SMS aufs Handy will, wählt einfach die kostenpflichtige Version.

6 Kochen wirkt ja beruhigend. Bleibt die Frage, was in die Töpfe soll. Auf www.kochideen.ch kann man Wünsche eingeben, z. B. die Zubereitungszeit und wie oft es Fleisch, Fisch oder Süßes sein darf – und schon steht das Menü für nächste Woche.

7 Spätestens donnerstags spürt man's: Nackenschmerzen aufgrund von langem Sitzen vor dem PC. www.neckattack.net bietet deutschlandweit mobile Massagen an, auch am Arbeitsplatz. *Mens sana in corpore sano* – damit überzeugt man jede Chefin.

8 „Harry, hol schon mal den Wagen...“ Über www.eurocar.de kann man nicht nur ein Mietauto buchen, sondern den Chauffeur gleich dazu (Kosten ab 50 Euro). Vorteil: Er kennt den Weg und Sie haben Zeit, im Fond der Limousine das Meeting vorzubereiten. Fühlt sich gut an...

*Nur nichts überstürzen!
Es gibt für alles eine Lösung!*