

Anfang terrible	10
Von Floskeln und Phrasen	14
Rouladen für alle	18
Die Sache mit der Sippenhaft	22
Vorbereitung ist alles	26
Urlaubstrophäen	30
Im Wäsche-Wahn	34
Was braucht's zum Glück?	38
Kindheitsmuster	42
Alles geht besser mit vier Farben	46
Ein Herz für Nervensägen	50
Ich liebe Eselsbrücken	54
Aus sicherer Quelle	58
Urlaub ohne Männer	62
Hilfe, ein Selfie	66
Gekonnt ahnungslos	70
Die Eitelkeit der Männer	74
Geld oder Bratwurst?	78
Frühe Vögel, späte Knuts	82
Es gibt keine zu großen Taschen ...	86

Der gestresste Mann	90
Sei nett zu Frauen!	94
So schmeckt Kindheit	98
Hommage an einen Mantel	102
So was von wichtig	106
Entscheidet euch doch mal!	110
Neue Tasche, neues Leben?	114
Nicht der Rede wert	118
Andere verpetzen? Ich doch nicht!	122
Bitte recht freundlich	126
Ferien? So ein Stress!	130
Will man das wissen?	134
Herz- oder Hirnkrise?	138
Wir parken besser	142
Zeichen von Versöhnung	146
Diese Jugend von heute	150
Schämen erlaubt	154
Der erste Eindruck	158
Jetzt bloß kein Foto!	162
Total herzlos	166
Alles so schön still hier	170
Wenn Oma das wüsste	174
Über Männer lästern	178
Kostprobe gefällig?	182
Kann denn Mode Sünde sein?	186
Diese Launen!	190
Entspannter Advent	194

Mehr Wein! Mehr Schaumbäder! 198

Alles muss raus! 202

»Was denkst du gerade?« 206

Liebes-Geflüster 210

Mein neuer Freund 214