

Inhalt

Vorwort – Du kannst alles erreichen,
auch wenn du nichts kannst! **9**

Selbstzweifel – Vertraue deiner Intuition

Lebe deinen Traum

Deutschland braucht ein Erotikmodel **15**

Kein leichtes Mädchen

Mein Erfolgsrezept **21**

Charakter schlägt Schönheit

Von der Miss Niemand bis fast nach ganz oben **30**

Deine eigene Reality-Show

Lern deine Macke als dein größtes Kapital kennen **39**

Du musst dich nicht lieben, wie du bist

Titten, Po und Sommersprossen **44**

Mallorca ist überall

Schaffe dir eine Insel für dein perfektes Lebensgefühl **49**

7 Sünden, die du begehen solltest **54**

Arschlöcher – Werde die Nein- und Aber-Sager los

Schlechte Nachrichten machen süchtig

Wie man filtert, was einem guttut **67**

Frauen brauchen Eier in der Hose

Wie man ohne Y-Chromosome mithält **75**

Das harte Leben als C-Promi

Warum du nie eine Diva werden solltest **80**

Die schönste Stellung – die Monopolstellung

Wie man in Erinnerung bleibt **92**

Verändere dich und bleib du selbst!

Nichts provoziert mehr als Spaßhaben **94**

7 Fehler, die jede Frau und jeder Mann macht **98**

Zum Schluss: Du bist der perfekte Porno!

Dein Sex gehört dir! **116**