

Presseinformation

Susanne Fröhlich, Constanze Kleis

Kann weg!

Frau Fröhlich räumt auf

Reihe: Einzeltitel

192 Seiten mit ca. 30 Farbfotos

Format: 13,5 x 21 cm, Hardcover

Preis: 17,99 € (D) / € 18,50 (A) / 24,50 sFr

ISBN: 978-3-8338-6268-7

Erscheinungstermin: September 2017



Frau Fröhlich räumt auf – ihr persönliches und humorvolles Anleitungsbuch

Weg mit dem Ballast

Mehr Platz fürs Glück!

Susanne Fröhlich macht klar Schiff. Bügelt Sorgenfalten weg. Entstaubt Diätmythen. Poliert das weibliche Ego auf, stellt Perfektionsdrang auf den Sperrmüll und reorganisiert das Selbstwertgefühl von Frauen.

Weniger bringt mehr. Das gilt auch für den Aufwand, den wir Frauen betreiben, um endlich das Leben zu führen, das wir uns wünschen und verdienen. Zum Glück kann man nicht nur Sockenschubladen und Keller ausmisten, sondern auch Kopf, Geist und Seele. In seinem neuen Buch spaziert das Bestseller-Duo Fröhlich und Kleis durch den weiblichen Kosmos und zeigt uns, wo die wahren Ballaststoffe liegen, was weg kann, wovon man sich dringend trennen sollte. Ja, auch von blöden Kerlen, Diät-Irrungen und Gefühlswirungen. Und natürlich von ein paar dieser dämlichen Ideen, mit denen Frauen sich oft selbst im Weg stehen. Am Ende wird das schöne Leben deutlich leichter sein. Versprochen!

Susanne Fröhlich ist Schriftstellerin und Journalistin und arbeitet unter anderem für den hessischen Rundfunk. Seit 2005 moderiert sie die MDR-Literatursendung „Fröhlich lesen“. Ihre Sachbücher und Romane wurden alle zu Bestsellern, darunter das „Moppel-Ich“ mit über 1 Million verkauften Exemplaren.

Constanze Kleis ist Buchautorin und Journalistin, unter anderem für die FAZ, Für Sie, Elle oder Cosmopolitan. Als Schriftstellerin veröffentlichte sie zusammen mit Susanne Fröhlich mehrere erfolgreiche Bücher, darunter „Langenscheidt Deutsch-Mann/Mann-Deutsch“ und „Runzel-Ich: Wer schön sein will...“.