

# Brigitte

Nr. 7

MI 13.3.2013  
DEUTSCHLAND 2,80 €  
ÖSTERREICH 3,00 €

**Das große  
Oster-Special**  
*Köstliche Rezepte  
und die schönsten  
Deko-Ideen fürs Fest*

**STRAFFE HAUT**

Drei Frauen -  
drei Wege

**SIE GIBT KINDERN  
EINE ZUKUNFT**

Aus dem Alltag einer  
Familienhelferin

**UNVERGESSLICH**

Urlaub bei  
den Indianern

**Die neue  
Jobmode**  
*Hosenanzüge,  
Kleider, Blusen  
Accessoires...*

**DOSSIER**

Das Geheimnis einer  
guten Ausstrahlung: Wie wir  
besser auf andere wirken

# MEIN STARKES ICH

GESUNDHEIT: SONNTAGS AUSSCHLAFEN? BESSER NICHT



## GRÜEZI!



**D**er Valentinstag ist vorbei. Der Frühling aber noch nicht. Die Zeit, in der die Frühlingsgefühle spriessen, fängt erst richtig an. Das Licht regt die Produktion von Serotonin und Dopamin an, was zu einem besseren Allgemeinbefinden führt und eine leichte Euphorie bewirkt. Man sehnt sich in dieser Zeit auch vermehrt nach einem Partner, wahrscheinlich, weil mehr Hormone ausgeschüttet werden. Doch auch das Gegenteil kann der Fall sein. Es gibt Leute, die unter Frühjahrsmüdigkeit leiden oder sogar depressiv werden, weil sie ihr Dasein an den hellen Tagen als besonderen Gegensatz empfinden, als düster und traurig. Aber nochmals zurück zum Valentinstag: Für viele Menschen gibt es an diesem Tag nichts Schlimmeres, als Single zu sein. Doch statt sich bei einem Liebesfilm vom unrealen Glück einlullen zu lassen, könnten sie's mit Eva Pauline Bossows Angebot auf Seite 2 versuchen. Genuss und Freude sind garantiert.

Mit herzlichen Serotonin-Grüssen  
**Monika Widler,**  
[info@brigitteschweiz.ch](mailto:info@brigitteschweiz.ch)

Fotos: Christian Senti | Phi. Jeker



## Ein bisschen extravagant ...

... sind die Kombinationen schon: ein glamouröses Abendtäschchen zum Parka, ein Herrenhut und eine Tasche im Grossformat zum eleganten Seidenkleid. Doch Gegensätze sorgen für Überraschungen und können ein Outfit erst richtig attraktiv machen. Eleganz und Laisser-faire, Sinnlichkeit und Strenge, Opulenz und Schlichtheit – aus dem Mix solcher Kontraste entsteht eine Spannung, die modern wirkt. Die neuen Sommerkollektionen bieten Gelegenheit für mutige Kombinationen. 1) Kleid, Seide, 279 Franken; Parka, Baumwolle/Elasthan, 589 Franken; Tasche, 39 x 26 x 26 cm, Rindsleder, 619 Franken, [www.kleinbasel.ch](http://www.kleinbasel.ch). 2) Minaudières-Täschchen, Box-Clutch, bemaltes Schlangenleder und Satin im Nude-Ton, mit silberner Umhängekette, 22 x 13 x 5 cm, 775 / 598 Franken, [www.floaccessoires.com](http://www.floaccessoires.com). 4) Hut, nulu, 24.95 Franken, bei Coop City, [www.nulu.ch](http://www.nulu.ch). 5) Spitzen auf Plateausohlen, Kalbsleder, 299 Franken, [www.navyboot.ch](http://www.navyboot.ch).