

# freundin

12/2020  
M. 11 S. 2000  
Deutschland € 3,00  
Österreich € 3,20  
Schweiz SFR 3,50

## JA, ICH GRILL!

Spieße, Gemüse und  
sogar Süßes vom Rost

## HEILUNG AUS DEM GARTEN

Was hilft gegen  
Stress, Allergien und  
Schlafstörungen?

## ONLINE SHOPPEN DURCH EUROPA

Hier gibt's die schönsten  
Mode der Saison

## SAGEN SIE'S IHM

So kriegen wir  
den Sex, den  
wir verdienen



2 Hefte  
für nur  
3 Euro

## WIR LIEBEN BLECHKUCHEN

Von Rhabarber-  
Streusel-Schnitten  
bis Käsekuchen  
mit Baiser

# Weniger grübeln, MEHR LEBEN

Warum wir zu viel in Gedanken  
festhängen und 18 Ideen, die dabei helfen,  
den Moment mehr zu genießen

A woman with blonde hair tied back in a blue scrunchie is holding a young child with red hair. The woman is wearing a light blue long-sleeved blouse and a teal high-waisted skirt. The child is wearing a bright yellow top and yellow sandals. They are standing in front of a large window with a black frame. To the right, there is a large green plant with long, pointed leaves. The background shows a brick building outside the window.

Die High-Waist-Bermuda-  
shorts kommt besonders  
gut zur Geltung, wenn  
T-Shirts und Blusen in den  
Bund gesteckt werden.  
Mantel: Bermudashorts  
von **Sessùn**, um 135 Euro.  
Bluse mit Brusttaschen  
von **Betty & Co**, um  
60 Euro. Scrunchie von  
**C&A**, um 10 Euro.  
Pola: zweifarbige Oberteil  
von **Cos**, um 29 Euro.  
Shorts aus Bio-Baumwolle  
von **Gray Label**, um 38 Euro,  
und Sandalen von **Salt-  
Water Sandals**, um 65 Euro,  
beides über [smallable.com](https://smallable.com)