

www.laviva.com

August 2009  
Deutschland: 0,80 €



# Laviva

DAS LIFESTYLE - FRAUENMAGAZIN

**NUR  
0,80€**

## BEAUTY

10 Tipps für  
mehr Sex-Appeal

IN DIESEM HEFT  
**Coupons**  
IM WERT VON ÜBER

**50€**

## SOMMER- SALATE

Die besten  
aus aller Welt

# Schick am Strand

Luftige Kleider für Beach-Party  
und Flaniermeile

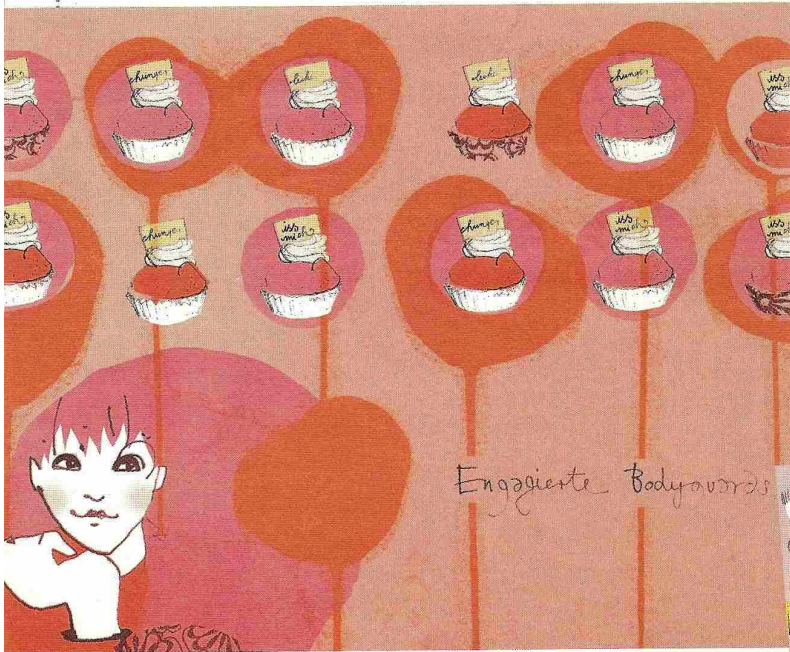
## LÜGEN

Wann kann es die  
Beziehung retten?

**Audrey  
Tautou**

»Ich bin so  
schüchtern«

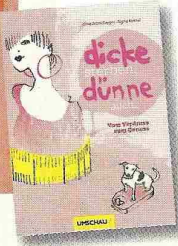
# News Genießen



Engagierte Bodycurves

## Da lachen Sie sich schlank!

Am liebsten würde man es gleich am Stück verschlingen. Kann man auch guten Gewissens: »Dicke sterben. Dünne auch.« ist leicht verdaulich, außerdem hilft dieser kleine Reiseführer durchs große Universum der Ernährung sogar beim Abnehmen. Er ist nämlich so witzig zubereitet, dass man über der Lektüre glatt das Essen vergisst. Und lehrreich ist er obendrein: Man erfährt, warum Frauen einfach nicht an Erdbeertörtchen vorbeigehen können, warum Männer von solchen Leckereien nicht dick werden, wie Barbiepuppen unser Körpergefühl manipulieren und dass wir im Schlaf Gewicht verlieren. Gesa Schönberger/Sigrid Kreckel: »Dicke sterben. Dünne auch.«, Umschau-Verlag, 175 Seiten, 16,90 €



## Treiben Sie es bunt

Damit meinen wir nicht, dass Sie sich in Exzessen ergehen sollen, sondern mit Farben tricksen: Orange hilft Morgenmuffeln in den Tag, Gelb macht gute Laune. Grün regeneriert am Abend, Rot wirkt belebend. Probieren Sie's aus, z. B. mit bunten Tablettts, farbigem Besteck oder diesen Salatschälchen aus Kunststoff, von Emsa, je ca. 4 €.



## Kartentrick für Allergiker

Sie vertragen bestimmte Lebensmittel nicht? Das müssen Sie im Restaurant jetzt nicht mehr ausführlich erklären. Auf den Foodcards ([www.delicardo.de](http://www.delicardo.de), ab ca. 49 €) steht alles, was der Koch wissen muss.



## Eiskalt erwischt ...

... beim heimlichen Aufputzen  
Kalter Kaffee macht eben nicht nur schön: Latte macchiato, Espresso oder Cappuccino fix und fertig aus der Dose. »issimo« von illy, 150/200 ml, ab ca. 1,79 €



... beim prickelnden Genießen  
Schmeckt wie fruchtiger Sekt, ist aber kaltgepresster Fruchtsaft, der mit Kohlenensäure versetzt wurde – und ganz ohne Alkohol auskommt. In zwei Sorten: Riesling-Traube und Cox-Orange-Apfel. »Perlmant« aus der Sektkellerei Duprès-Kollmeyer, 0,75 l, ca 9 €



... beim gesunden Abnehmen  
Der Wellnessdrink Apfel-Zitrone hält den Blutzucker stabil und hilft, sich länger satt zu fühlen. In einer Dose verstecken sich 58 Kalorien. »vivagreen«, 0,25 l, ca. 0,99 €

