

Madame Missou

VON DER FREUNDIN
FÜR DIE FREUNDIN

Der Ratgeber zum Verschenken
Herbst 2017



Liebe Buchhändlerin, lieber Buchhändler,



gestatten: Madame Missou ist mein Name. Ich schreibe Ihnen heute, um mich bei Ihnen vorzustellen. Obwohl, Buchhändler? Sind Sie nicht oft eher Seelsorger, Ratgeber, Last-Minute-Geschenke-Service, Urlaubs- und Hochzeitsplaner als Buchexperten? Als Inhaberin eines kleinen Cafés kann ich davon auch ein Lied singen. So hat sich über die Jahre ein reicher Schatz an Erfahrungen, Anekdoten und Ratschlägen angesammelt, die ich gern mit den Gästen meines Cafés teile.

Und mal ehrlich: Das eigene Leben gibt einem ja auch so einiges mit auf den Weg! Als Teilzeit arbeitende Mutter kenne ich beide Welten: Erziehungswahnsinn und Berufschaos. Wenn mir mal wieder alles zu viel wird, hilft nur: Shoppen mit Gabi, Telefonieren mit Ute, Pilates mit Frida – oder ein Café au Lait mit Brioche, bei dem ich von meiner Heimat Straßburg träumen kann ...

So gern ich Menschen um mich habe: Manchmal brauche ich Zeit für mich und dann schreibe ich an meinen kleinen Büchlein über alles, was mich gerade beschäftigt. Die kann ich dann Rat suchenden Gästen und Freundinnen in die Hand drücken.

Machen Sie das doch auch!

Im September 2017 erscheinen meine ersten sechs Bücher zu spannenden Themen, die jede Frau bewegen. Heute schicke ich Ihnen vorab ein Leseexemplar des Buches „Madame Missou hat gute Laune“.

Viel Spaß beim Hineinschnuppern!

Ihre Madame Missou

GROSSE KOOPERATION MIT DER FREUNDIN!

- Leseprobe „Madame Missou hat gute Laune“
in KW 38 in der gesamten Abo-Auflage
- Anzeigen in der *freundin* ab Erscheinen der Titel
- Madame Missou wird Autorin im *freundin*-Expertenkreis
 - Verlosungen und vieles mehr

Madame Missou

DER RATGEBER ZUM VERSCHENKEN

Ob Achtsamkeit, gute Laune, Aufräumen oder Selbstbewusstsein: Madame Missou weiß Rat. Sie hat schon vieles ausprobiert und verrät ihren Leserinnen die besten Tipps und Tricks. Die kleinen Ratgeber widmen sich in kompakter Form Themen, die uns im Alltag begleiten, und Herausforderungen, denen frau sich täglich stellt – und präsentieren pragmatische Lösungen. Die liebevollen Illustrationen und Listen zum Selbsteintragen steigern das Lesevergnügen und machen die Bücher zu individuellen Workbooks.

Das perfekte Geschenk für die beste Freundin!

mein TIPP:

Wie hat Ihnen das Leseexemplar meines ersten Buches gefallen? Haben Sie Fragen oder Feedback? Dann schreiben Sie mir gern an madame.missou@gabal-verlag.de.

Ich freue mich darauf, von Ihnen zu hören!

Das Leben ist zu kurz, um Trübsal zu blasen!

Was unserem Glück im Weg steht und wie wir es wiederfinden

Manchmal scheint das Glück einfach nicht auf unserer Seite zu sein. Zuweilen stehen wir uns aber auch selbst im Weg. Statt uns im Elend zu suhlen, sollten wir überlegen, welche Ursachen unsere Unzufriedenheit haben könnte: Stellen wir zu hohe Erwartungen an uns selbst und an die anderen, fehlt uns die Orientierung im Leben oder sind wir im Hamsterrad gefangen und können uns nicht fallen lassen?

12

mein TIPP:

Finden wir heraus, was uns das Leben schwer macht! „Kenne deinen Feind“, das hast du sicher schon einmal gehört. Nur wenn wir wissen, was uns unglücklich macht, können wir etwas daran ändern!



Alors!

Lass uns das Glück nicht im Äußeren suchen. Gute Laune ist oft Einstellungssache.

18

Du grübelst häufig?



Diese Angewohnheit kann überaus nervenzerreibend sein. Du liegst abends im Bett und möchtest nur noch schlafen – doch dann geht es los: Dein Gehirn kommt so richtig auf Hochtouren. Du stellst dir selbst Fragen, malst dir die Zukunft aus und grübelst über den Alltag. „Wie soll ich beruflich in den nächsten Jahren vorankommen? Wie wird meine Beziehung in zehn Jahren aussehen? Warum war mein Chef heute so distanziert?“ Das ständige Nachdenken und Suchen nach Antworten raubt uns nicht nur Schlaf, sondern auch die Energie und den Mut, entschlossen zu handeln.

Ein glückliches Leben ist erst dann möglich, wenn wir unsere menschliche Einfachheit und Naivität zulassen, wusste schon Erasmus von Rotterdam. Der Weg zum Unglück dagegen besteht darin, über alles nachzudenken, alles permanent infrage zu stellen und ständig trüben Gedanken nachzuhängen.

19





Ein Kaffeeleck auf der frischen Bluse, das Auto springt nicht an, du stößt dir den Zeh – un jour catastrophique! Aber: Kein Grund, in schlechte Laune zu verfallen. Ich verrate dir kleine Tricks, die dein schönstes Strahlen wieder hervorzaubern werden! Und dich – ganz nebenbei – dauerhaft zufriedener machen!

MADAME MISSOU
HAT GUTE LAUNE

104 Seiten,
12,2 x 16,5 cm,
gebunden mit Leseband
2-farbig mit zahlreichen
Illustrationen

€ 14,00 (D) / € 14,40 (A)
ISBN 978-3-86936-784-2

Warengruppe:
1480 Lebenshilfe, Alltag
Thema: WZG Geschenkbücher;
VS Selbsthilfe und Persönlich-
keitsentwicklung

Erscheint im September 2017



Auch erhältlich
als E-Book

ISBN 978-3-86936-784-2





MADAME MISSOU
RÄUMT AUF

120 Seiten,
12,2 x 16,5 cm,
gebunden mit Leseband
2-farbig mit zahlreichen
Illustrationen

€ 14,00 (D) / € 14,40 (A)
ISBN 978-3-86936-785-9

Warengruppe:
1480 Lebenshilfe, Alltag
Thema: WZG Geschenkbücher;
WKH Haushaltstipps

Erscheint im September 2017

Auch erhältlich
als E-Book



ISBN 978-3-86936-785-9



9 783869 367859

DEM CHAOS DEN KAMPF ANSAGEN!



Das Genie liebt das Chaos? Oder hat das Gerümpel die Herrschaft übernommen? Fest steht: Neue Gedanken brauchen Platz, um sich zu entfalten, und ein schönes Zuhause ist der beste Rückzugsort der Welt! Mit ein paar kleinen Tricks wirst du wieder Herrin im eigenen Reich. Ich zeige dir, wie's geht!



VON INNEN STRAHLEN!



Es gibt diese Menschen, die rundum zufrieden wirken, von innen strahlen und alle in ihren Bann ziehen. Glückskinder? Nein, wahrscheinlich sind sie einfach nur selbstbewusst. Und Selbstbewusstsein kann frau lernen. Ich verrate dir die besten Tipps für ein selbstbestimmtes Leben.

MADAME MISSOU IST SELBSTBEWUSST

ca. 100 Seiten,
12,2 x 16,5 cm,
gebunden mit Leseband
2-farbig mit zahlreichen
Illustrationen

€ 14,00 (D) / € 14,40 (A)

ISBN 978-3-86936-786-6

Warengruppe:

1480 Lebenshilfe, Alltag

Thema: WZG Geschenkbücher;

VSPM Durchsetzungsvermögen,
Motivation und Selbstwertgefühl

Erscheint im September 2017

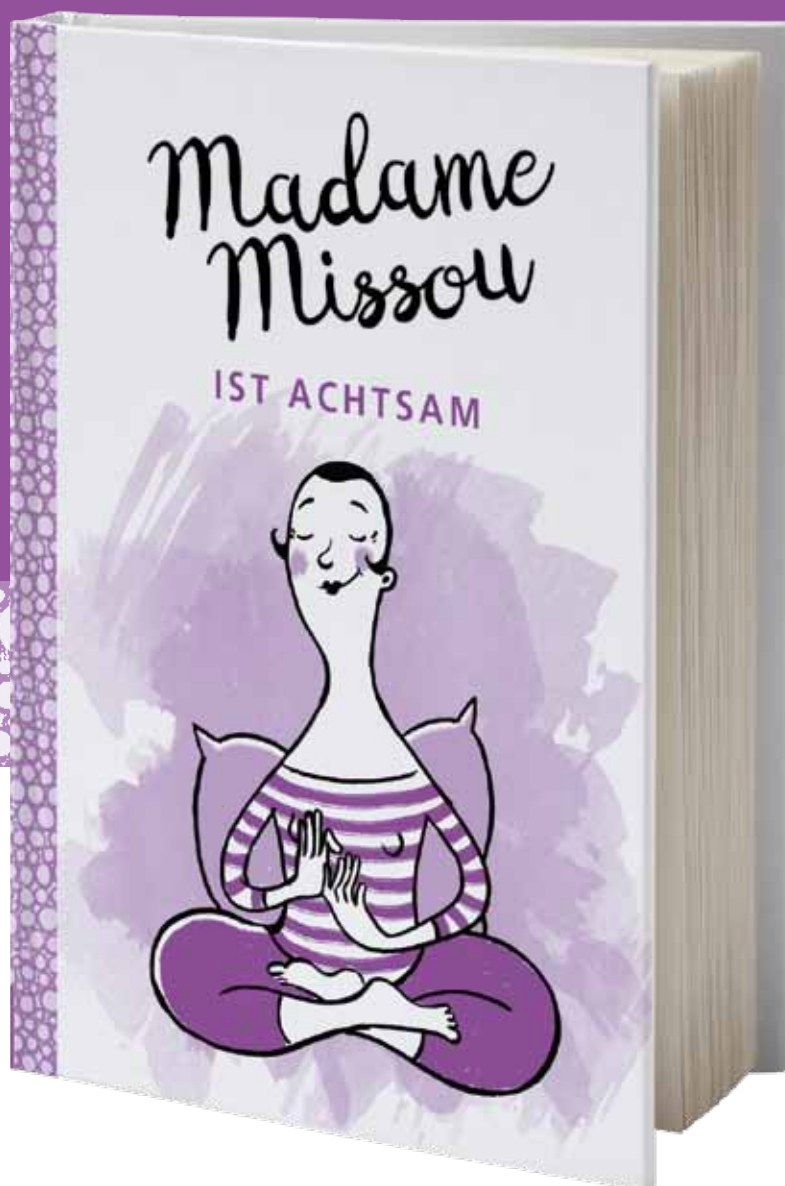


Auch erhältlich
als E-Book

ISBN 978-3-86936-786-6



9 783869 367866



MADAME MISSOU
IST ACHTSAM

ca. 100 Seiten,
12,2 x 16,5 cm,
gebunden mit Leseband
2-farbig mit zahlreichen
Illustrationen

€ 14,00 (D) / € 14,40 (A)
ISBN 978-3-86936-787-3

Warengruppe:
1480 Lebenshilfe, Alltag
Thema: WZG Geschenkbücher;
VSPD Achtsamkeit

Erscheint im September 2017

Auch erhältlich
als E-Book



ISBN 978-3-86936-787-3



DENK AUCH MAL AN DICH SELBST!



Kinder, Haushalt, Job und Hobbys – der Alltag kann schnell in Stress ausarten! Dann hetzt frau von A nach B, ohne im Gespräch aufmerksam zuzuhören, das Abendessen wirklich zu genießen oder die Aufgabe konzentriert zu erledigen. Und fällt am Ende des Tages vollkommen erschöpft ins Bett. Ich kenne das nur zu gut und weiß, was zu tun ist: Achtsam leben lautet das Gebot der Stunde!



LANG LEBE DIE GESUNDHEIT!



Superfood hier, Low Carb da, gluten-, laktose- und fleischfrei soll es sein – wer blickt denn da noch durch? Leistungssport, Feng-Shui oder doch nur ausschlafen? Ich habe eine Mission: Ab sofort will ich gesünder und glücklicher leben. Ich lade dich ein, mitzumachen und von meinen Erfahrungen zu profitieren.

MADAME MISSOU LEBT GESUND

ca. 120 Seiten,
12,2 x 16,5 cm,
gebunden mit Leseband
2-farbig mit zahlreichen
Illustrationen

€ 14,00 (D) / € 14,40 (A)
ISBN 978-3-86936-788-0

Warengruppe:
1480 Lebenshilfe, Alltag
Thema: WZG Geschenkbücher;
VX Körper und Geist

Erscheint im September 2017



Auch erhältlich
als E-Book

ISBN 978-3-86936-788-0



9 783869 367880



MADAME MISSOU
IST SCHLAGFERTIG

ca. 100 Seiten,
12,2 x 16,5 cm,
gebunden mit Leseband
2-farbig mit zahlreichen
Illustrationen

€ 14,00 (D) / € 14,40 (A)
ISBN 978-3-86936-789-7

Warengruppe:
1480 Lebenshilfe, Alltag
Thema: WZG Geschenkbücher;
VSPM Durchsetzungsvermögen,
Motivation und Selbstwertgefühl

Erscheint im September 2017

Auch erhältlich
als E-Book



ISBN 978-3-86936-789-7



SOUVERÄN IN ALLEN LEBENSLAGEN!



Manchmal willst du einfach nur im Boden versinken vor Scham, weil deine richtig dämliche Frage als solche enttarnt wurde? Oder du wirst auf eine unverschämte Weise angesprochen und bist sprachlos vor Zorn? Schluss damit! Ich kenne diese Situationen und weiß auch, wie du ganz cool aus der Nummer rauskommst. Ich verrate dir die besten Tricks für mehr Schlagfertigkeit!

Au revoir!



MADAME MISSOU – I LIKE!

Alle Informationen zu Neuerscheinungen
und aktuelle Beiträge zu meinen Büchern
finden Sie auf meiner Webseite:

www.madame-missou.de

Wir können uns auch auf
Facebook austauschen!

www.facebook.com/MadameMissou

Et voilà ...



Lesezeichen
Oh, là là!
kostenfrei;
Art.-Nr. 340010379

Postkarten, kostenfrei

- Einfach mal nichts tun! Art.-Nr. 340010373
- Ordnung mit System; Art.-Nr. 340010374
- Ohmmmm; Art.-Nr. 340010375
- Facebookfreunde; Art.-Nr. 340010376
- Party time; Art.-Nr.340010377
- Aus den Augen; Art.-Nr. 340010378



Kooperation mit:



Teepostkarte, kostenfrei
Art.-Nr. : 340010380



Einkaufschip
kostenfrei
Art.-Nr.: 340010381



Sie möchten in Ihrer Buchhandlung auf Madame Missou aufmerksam machen? Gerne gestalten und drucken wir Ihnen Ihr individuelles Plakat.

c'est ça!



Tischdisplay: 6 Fächer, inkl. Aufsteller
Art.-Nr.: 340010371
Bestückung: 6 Ex. pro Fach



Maskingtapes, kostenfrei
Masking-Tape blau, Art-Nr. 340010382
Masking-Tape magenta, Art-Nr. 340010383
Masking-Tape orange, Art-Nr. 340010384
Masking-Tape grün, Art-Nr. 340010385



Regalelement Sägezahn
individuell erweiterbar
Art.-Nr.: 340010389
Bestückung: 6 Ex. pro Fach

Möchten Sie Werbemittel bestellen?

Dann sprechen Sie bitte Ihren Vertreter an oder kontaktieren Sie uns direkt.

Aktionen für den Handel



© fotolia.de



Eclair

Je 15 Exemplare pro Titel,
 Display oder Sägezahn,
 20 Einkaufschips, 10 Rollen
 Masking Tape, Lesezeichen,
 Postkarten, Plakat, Teepostkarte

Art.-Nr. 340010386



© fotolia.de



Croissant

Je 10 Exemplare pro Titel,
 Display oder Sägezahn,
 8 Rollen Masking Tape,
 Lesezeichen,
 Postkarten, Plakat, Teepostkarte

Art.-Nr. 340010387



Macaron

Je 5 Exemplare pro Titel,
 4 Rollen Masking Tape,
 Lesezeichen,
 Postkarten, Plakat, Teepostkarte

Art.-Nr. 340010388

Gerne stellen wir gemeinsam mit Ihnen ein individuelles Buchpaket für Ihre Buchhandlung zusammen. Bitte sprechen Sie uns an:
 Michelle Mahr: +49-69-830066-15, michelle.mahr@gabal-verlag.de
 Barbara Wüst: +49-69-830066-44, barbara.wuest@gabal-verlag.de




SCHAUFENSTERWETTBEWERB

Madame Missou

ZU BESUCH ...



... vom 15.9.2017 – 31.1.2018 in Ihrem Schaufenster!
Entführen Sie Ihre Kunden in die Welt der charmanten Französin
und gewinnen Sie einen von unseren verlockenden Preisen:

1. Der Gewinner erhält ein Paris-Wochenende ganz im Sinne unserer Madame! 
2. Den Zweitplatzierten verwöhnen wir mit einem Korb voller französischer Köstlichkeiten. 
3. Der Drittplatzierte darf seinen Erfolg mit einer Flasche Champagner feiern! 

Wie Sie teilnehmen? Ganz einfach! Begeistern Sie uns und Ihre Kunden mit einer außergewöhnlichen Präsentation der neuen Ratgeberreihe **Madame Missou** im Schaufenster oder auf einem Tisch und schicken Sie ein Foto davon bis zum 10.2.2018 an madame.missou@gabal-verlag.de.

Bonne chance!

Ihre Ansprechpartnerinnen im GABAL Verlag

Geschäftsführung
Ursula Rosengart
Telefon +49 69 830066-46
ursula.rosengart@gabal-verlag.de

Marketing/Veranstaltungen
Andschana Gad
Telefon +49 69 830066-16
andschana.gad@gabal-verlag.de

Vertrieb
vertrieb@gabal-verlag.de

Michelle Mahr
Telefon +49 69 830066-15
michelle.mahr@gabal-verlag.de

Barbara Wüst
Telefon +49 69 830066-44
barbara.wuest@gabal-verlag.de

Ihre Ansprechpartner für den Buchhandel

**Berlin, Brandenburg, Bremen,
Niedersachsen, Mecklenburg-
Vorpommern, Sachsen-Anhalt,
Schleswig-Holstein**
VFV-Vereinte Fachverlags-
vertretungen
Arno Montiel
Parkallee 34
28209 Bremen
Telefon +49 421 4374191
Mobil +49 172 9138545
Telefax +49 421 4374192
arno.montiel@t-online.de
www.vereinte-fachverlagsvertretungen.de

Nordrhein-Westfalen
Wolfram Neidhardt
Wilbrandstraße 98
33604 Bielefeld
Telefon und Telefax
+49 521 173167
wolfram.neidhardt@web.de

Hessen
VFV-Vereinte Fachverlags-
vertretungen
Hans Rosenstengel
Stolzestraße 8
75175 Pforzheim
Telefon +49 7231 2988882
Mobil +49 171 7870659
Telefax +49 7231 2988884
hans.rosenstengel@t-online.de
www.vereinte-fachverlagsvertretungen.de

Baden-Württemberg
Elchinger Bücherservice
Corinne Pfitzer
Köhlerberg 5
89275 Elchingen
Telefon +49 7308 922 816
Telefax +49 7308 922 817
info@elch-buchservice.de
corinne.pfitzer@t-online.de

Claudius Elbert
Spindelgasse 6
89174 Altheim/Alb
Telefon +49 7340 92967 84
Telefax +49 7340 92967 85
info@elch-buchservice.de
claudius.elbert@gmx.de

Ihre Ansprechpartner für den Buchhandel

**Luxemburg, Rheinland-Pfalz,
Saarland**
VFV-Vereinte Fachverlags-
vertretungen
Stefan Schmitz
Seelbacherstraße 48 a
65510 Idstein
Telefon +49 6126 52403
Mobil +49 171 2125324
Telefax +49 6126 3653
s.schmitz.verlagsvertretung@t-online.de
www.vereinte-fachverlagsvertretungen.de

Bayern, Sachsen, Thüringen
VFV-Vereinte Fachverlags-
vertretungen
Jutta Becher-Castaldi
Viatisstraße 64
90480 Nürnberg
Telefon +49 911 403198
Mobil +49 172 8109045
Telefax +49 911 406710
jutta.becher.vfv@t-online.de
www.vereinte-fachverlagsvertretungen.de

Schweiz
Dagmar Bhend
b + i buch + information ag
Hofackerstraße 13
8032 Zürich
Telefon +41 44 4221217
dagmar.bhend@buchinfo.ch

Österreich Ost
Roland Fürst
Bertha von Suttnergasse 13
2700 Wr. Neustadt
Mobil +43 664 3912840
Telefax +43 1 25330337662
roland.fuerst@mohrmorawa.at

Österreich West
Thomas Rittig
Stefan Zweig Straße 6
4600 Wels
Telefon und Telefax
+43 7242 29084
thomas.rittig@aon.at

Verlagsauslieferungen

Auslieferung Deutschland
Bestellannahme/Kundenservice:
Sigloch Verlagsservice
GABAL Verlag GmbH
Am Buchberg 8
74572 Blaufelden
Telefon +49 7953 7189052
Telefax +49 7953 7189080
verlagservice@sigloch.de

**Auslieferung und Vertrieb
Schweiz**
AVA Verlagsauslieferung AG
Centralweg 16
8910 Affoltern a. A.
Telefon +41 44 7624250
Telefax +41 44 7624210
verlagsservice@ava.ch

**Auslieferung und Vertrieb
Österreich**
Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH
Sulzengasse 2
1230 Wien
Telefon +43 1 680140
Telefax +43 1 689600 o. 6887130
bestellung@mohrmorawa.at

Besuch mich auf Facebook unter
www.facebook.com/MadameMissou



freundin
PRÄSENTIERT