

Single-Wintercheck

Wie Singles gut über die dunkle Jahreszeit kommen: Tipps von PARSHIP.de Single-Coach Sabine Wery v. Limont

Hamburg, 24. November 2005 – Die dunkle Jahreszeit ist da. Wenn jetzt mit Herbstlaub und Temperaturen auch der Hormonspiegel fällt, ist bei vielen Singles die Versuchung groß, Trübsal zu blasen. Sabine Wery v. Limont, Single-Coach bei Deutschlands größter Online-Partneragentur PARSHIP.de, weiß: „Wer will, dass aus der kleinen Herbstdepression nicht der ganz große Winterblues wird, sollte jetzt aktiv bleiben – gerade auch in Sachen Partnersuche. Es gibt keinen Grund, warum Amors Pfeil ausgerechnet in Herbst und Winter nicht treffen sollte.“ Im Internet sind die Aussichten jetzt sogar besonders gut. Wer den Weg von der Couch zur Tastatur nicht scheut, hat an den langen Herbst- und Winterabenden die besten Chancen, im Netz jemanden kennen zu lernen. „Man nimmt sich viel mehr Zeit, sich umzuschauen, auf andere einzugehen und interessanten Menschen zu mailen“, so Wery v. Limont.

7 Tipps für die dunkle Jahreszeit

1. Positiv denken – Initiative ergreifen! Nicht nur zu Hause verstecken, sondern ausgehen und Freunde besuchen. Die anderen haben auch Langeweile. Also Veranstaltungskalender, Kultur- und Stadtmagazine wälzen, Shoppen gehen, Kurztrips machen.
2. Farbenfroh kleiden! Das wirkt freundlicher und erhellt Ihr Gemüt. Vor allem die Farbe Orange wirkt Wunder! Was für sich selber tun! Die neue Frisur oder ein neuer Duft machen viel Freude.
3. In Bewegung bleiben! Aktiv sein und Sport treiben, denn dann schüttet der Körper Glückshormone aus.
4. Gesund ernähren! Frisches Obst und Lebensmittel mit vielen Kohlenhydraten wie Nudeln oder Kartoffeln produzieren im Körper den Stimmungsaufheller Serotonin.

5. Auch mal verwöhnen! Schokolade und Nüsse sind kleine Muntermacher an kalten Tagen.

6. Gutwettertage nutzen! Wenn Zeit und Geld nicht für den Kurzurlaub in der Karibik reichen, sollten vor allem Sportmuffel bei ausgedehnten Spaziergängen Sauerstoff, Licht und neue Energie tanken. Oder sich einfach auf die Sonnenbank legen.

7. Flirten! Sind die herkömmlichen Flirtreviere auch verlassen oder verschneit: Flirtlustige brauchen ihre Hoffnungen nicht an den kommenden Après-Ski zu knüpfen. Fast jeder fünfte Single sucht in der dunklen Jahreszeit noch intensiver als sonst nach einem Partner. Also: Augen auf!

Über PARSHIP.de

PARSHIP.de ist die größte Online-Partneragentur im deutschsprachigen Raum. In Europa gibt es mehr als 1,5 Millionen PARSHIP-Mitglieder, die an einer dauerhaften Partnerschaft interessiert sind. Sie sind aktive, dynamische Frauen (51%) und Männer (49%) vorwiegend im Alter zwischen 28 und 55 Jahren. Allen Mitgliedern bietet PARSHIP maßgeschneiderte Services und Informationen sowie das anonyme und sichere Umfeld zur seriösen und erfolgreichen Partnersuche. Das PARSHIP-Prinzip des schrittweisen Zusammenfindens basiert auf dem 80 Fragen umfassenden PARSHIP-Test. Mit seiner Hilfe werden jedem Mitglied die detaillierten Profile besonders gut zu ihm passender Mitglieder angeboten. Bei Interesse können dann mit komfortablen Online-Tools gezielt Mails und Fotos ausgetauscht werden. Zu den rund 90 Kooperationspartnern in Deutschland zählen unter anderem DIE ZEIT, DER SPIEGEL und die Frankfurter Allgemeine Zeitung. Das in Hamburg ansässige und zur Verlagsgruppe Georg von Holtzbrinck gehörende Unternehmen bietet seinen Service unter PARSHIP.com in derzeit neun europäischen Ländern an.

Ihre Ansprechpartner für weitere Informationen

PR Managerin PARSHIP.de
Tanja Knott
Brandstwierte 1
20457 Hamburg
Telefon: 040-460026-221
E-Mail: tanja.knott@parship.de

PARSHIP-Pressestelle
c/o Klenk & Hoursch
Georg Lahme
Hedderichstraße 108 / 60596 Frankfurt
Telefon: 069-719168-13
E-Mail: georg.lahme@klenkhoursch.de