

» PASCUCCI  
GESTALTUNG

Diana Pascucci  
Designerin BDG  
Lektorin

hallo@pascucci-gestaltung.de  
0170 8601872

# PORTFOLIO

## BRANCHEN

App/Start-Up

Agiles Projekthandling

Architektur

Außenwerbung

Autozubehör

Bank

Bekleidung

Betreuung

Bildung

Brauerei

Chemie

Coaching/Beratung

Kosmetik/Pflege

Energie

Farben und Lacke

Gastronomie

Gesundheit

Getränke

Juwelier

Kinderbetreuung

Kultur/Entertainment

Kunstabdruck

Logistik

Messebau

Mode/Textil

Non-Profit-Organisationen

Parfümerie

Politik

Schmuck und Uhren

Seniorenservice

Shopping-Netzwerk

Spieleverlag

Soziale Einrichtungen

Stillberatung

Tabak

Tanz/Theater

Telekommunikation

Text/Konzept/Content

Tierpflege

Touristik

Unternehmensberatung

ANDERSSCHÖN

Logo und Visitenkarte für  
ein Shopping-Netzwerk in  
Berlin.

ander<sup>s?</sup>chön

ander<sup>s?</sup>chön

Ja, ich will!

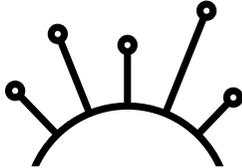
CAROLINE SOMMER · 0172 20770063

ANDERSSCHOEN@GMX.DE

## ART VAN MIL BAGS

Logo-Entwicklung für ein neues Taschenlabel, hinter dem eine leidenschaftliche Näherin steht.

Das Signet steht sowohl für ein typisches Utensil, das Nadelkissen, als auch für die aufgehende Sonne als Symbol für das Neue.



ART VAN MIL BAGS





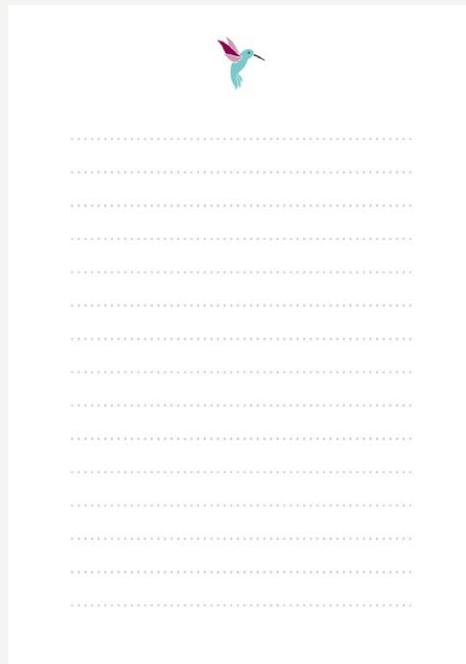
# Melanie Baumgart

Coaching mit Tiefgang

## MELANIE BAUMGART COACHING

Corporate Design für eine  
Coach, die sich ausschließlich  
an Frauen wendet.

Logo, Flyer und Freebie.




**Raus aus der Anstrengung –  
rein in deine Lebendigkeit!**

Du bist angestrengt vom Lebensalltag und oft am Durchhalten. Du handelst oft aus Pflicht, Angst oder Schuldgefühl heraus. Du bist unsicher in manchen Situationen und weißt nicht, wie du dich verhalten sollst. Du kannst im Alltag wenig genießen und hakst eher Punkte ab. Du sehnst dich nach Lebendigkeit und Stabilität im Leben.

**Fühlst du dich angesprochen?**

**Es gibt einen Weg, dich sicherer, freier und selbstbestimmter im Leben zu bewegen.**

Ich biete dir Hilfestellungen für deinen Befreiungsweg.



**Coaching mit Tiefgang richtet sich an Frauen,  
die ihren wahren Ausdruck leben wollen.**

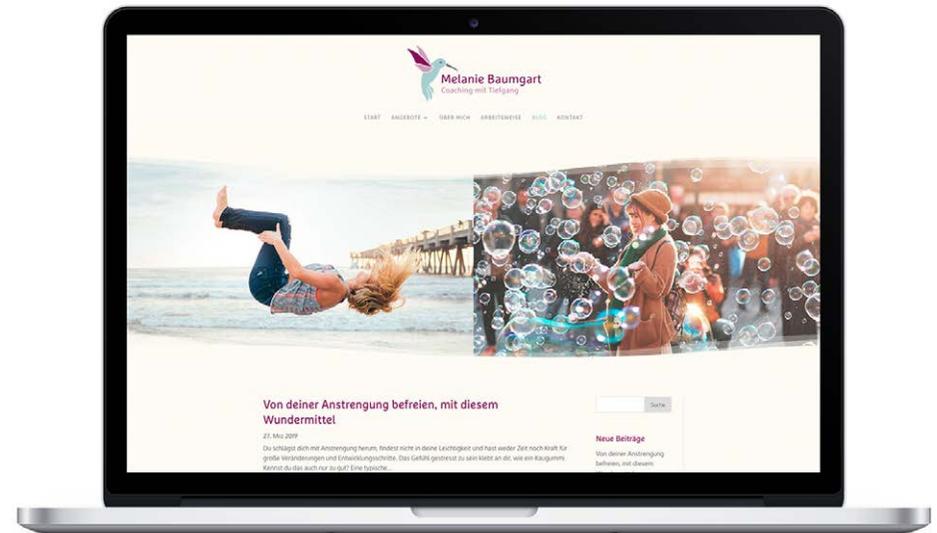
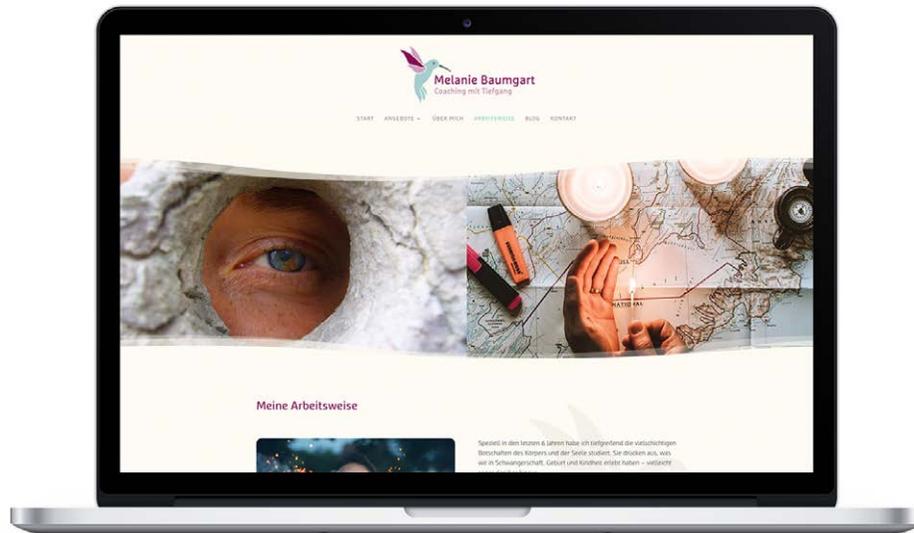
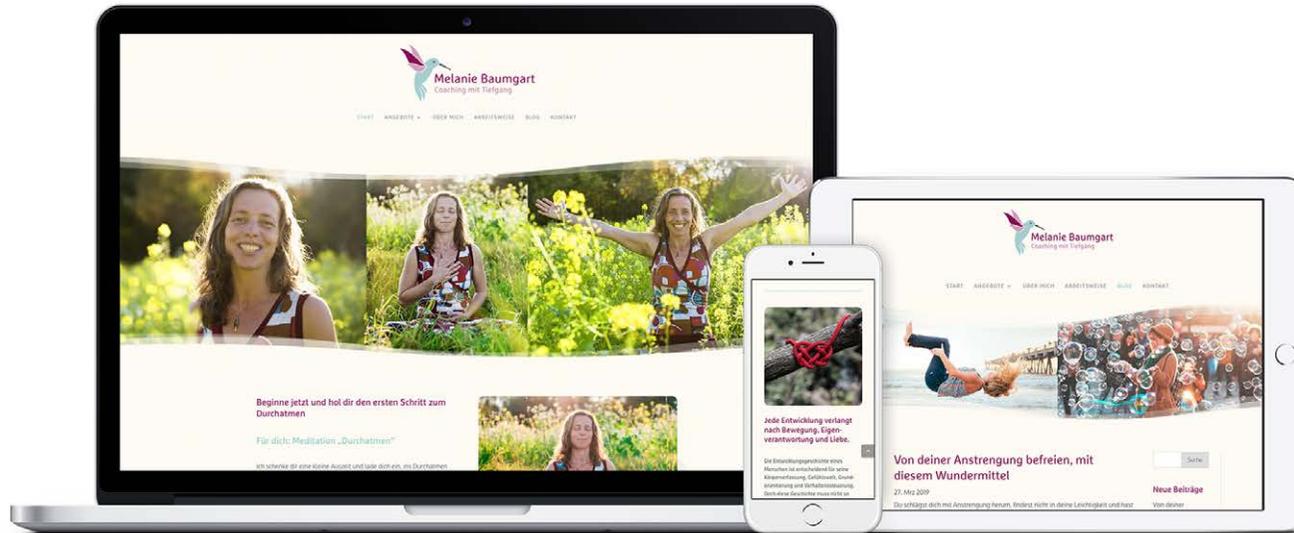
- Deine Lebendigkeit – frei fließend
- Ganz du selbst sein – authentisch & klar
- Dein Grundgefühl – stabil & sicher

Als tiefenpsychologisch-körperorientierte Entwicklungs- und Prozessbegleiterin mit einer gesunden spirituellen Basis, großem Herz und klarem Verstand begleite ich dich auf deinem Entwicklungsweg. Online, telefonisch und persönlich.

**Ich freue mich auf dich.  
Melanie Baumgart**

info@melanie-baumgart.de - www.melanie-baumgart.de  
Tel. +49 721 33516730 - Belchenstr. 46 · 76199 Karlsruhe

Responsive Website.





### 31.557.600 Umdrehungen des Sekundenzeigers

*Die Schweizer Uhren-Genossenschaft*

*Zeit verläuft mit Ihrem Anschlag genauso und singt sich Richtung man sich früher nach den Mondphasen oder dem Lauf der Sonne über die Tage, so geht es heute über von Stunden über Minuten, manchmal auch von Sekunden oder dementsprechend. Für einen Anschlag während des Countdowns hat Zeit eine andere Bedeutung als für eine Mutter, die mit ihrem Kind spielt. Zeit ist relativ, je nach dem, was wir gerade tun.*

*Über 11 Millionen Mal haben sich die Sekundenzeiger um das Zifferblatt gedreht, seit wir in der Königspalast zum ersten Mal unsere Türen geöffnet haben. 60 Jahre Uhren Blome bedeuten verlässliche Tradition verbunden mit dem Fleiß der Menschen eines jungen Unternehmens.*

### 62.638 Uhren wurden in der Werkstatt überholt

*Die Uhren Blome*

*Gute Uhren können wie gute Freunde sein. Sie sind unsere steten Begleiter, sie sind zuverlässig, sie werden mit uns als Privatbesitzer immer eher noch gefügiger werden. Damit Ihre Uhren die bestmögliche Pflege zukünftig, hochzeitigen wie für Uhrmachersmeister. Jeder von ihnen verfügt nicht nur über langjährige Erfahrungen in der Home-Repairs, sondern hat auch noch was persönliches Spezialwissen, das ihn zum Experten für bestimmte Marken und Modelle macht. Unsere Uhren sind hochwertiger Präzisionsmechanik, und sie werden gebildet ihnen die entsprechende Behandlung.*

*Wir möchten schließlich nicht, dass sich die Dichtung an unseren Kunden mit dem Kauf einer Uhr erledigt. Wir kümmern uns gerne um die Kontrolle, Reinigung und Reparatur Ihrer Uhren in unserer Fachwerkstatt.*

*Bei uns sind Ihre Freunde in guten Händen – und wir freuen uns, Sie von Zeit zu Zeit wiederzusehen.*

### 15 Olympiaden mit Bestleistungen

*Zeit ist ein wenig ein bisschen das gleiche für beide unsere Uhrentypen*

*Eine Olympiade ist das größte Ereignis in der Welt des Sports. Seit Bestehen von Uhren Blome finden bereits 15 Olympische Spiele statt, obwohl auch in Deutschland. Jede Olympiade verbindet die Creme de la Creme aller Sportler. Für die Olympioniken gilt es, die sportliche Herausforderung anzunehmen und den Anspruch zu haben, unter dem ganz Großen mitzugehen.*

*Seit der Jahren werden sich die Meisterwerke von Uhren Blome der Herausforderung, einen Anspruch gerecht zu werden. In den Aufgaben des Geschäfts veranlassen sich Hochleistungen an Handwerkskunst, gepaart mit einem individuellen Stil. Auch wenn die Modelle sehr sehr hoch gehen wird, nehmen wir die als Herausforderung, die Anforderungen zu entsprechen.*

*Olympische Spiele finden nur alle vier Jahre statt. Wir von Uhren Blome freuen uns jeden Tag, als Partner namhafter Uhrenhersteller in der Reihe angesehenen Uhrenhersteller zu unterstützen.*

### 3 Generationen führen eine Tradition fort

*John Blome und sein Sohn, Peter Blome und Tochter, Marie Blome*

*Eine Uhr hat immer zu besitzen, zu verwenden sehr glücklich zu verwenden ist etwas Besonderes. Sie ist ein technisches Meisterwerk, das unseren historischen und gleichzeitig unseren praktischen Ansprüchen gerecht wird. Während wir anderen Dingen, die wir lieben, nur hin und wieder zugreifen, begleitet uns eine Uhr über den ganzen Tag.*

*Was darüber hinaus eine Uhr so einseitig macht, ist die Tatsache, dass wir sie weitergeben können, ohne dass sie dabei Entwertungsgegenstand wird. Angereicht mit Erinnerungen, kann eine solche Uhr dann auch unseren Nachkommen ein toller Begleiter werden. So wird eine Tradition geboren.*

*Herbert Blome begann 1947 eine Tradition mit der Einführung seines Uhrenreichs in der Königspalast – damals noch in Haus No. 16. Nach 14 erfolgreichen Jahren übergriff er die Geschichte an seinen Sohn Elvira, der es 1961 in Haus No. 30 verlegte. Fast 50 Jahre später wurde die Verantwortung in wechselnder Arbeit langsam immer und zunehmend und schließlich sich selbst mit seinem Geschick – und seiner treuen Führungsperson. Nicole Blome tritt 1997 in die alten Lichte der Blome ein und führt das Unternehmen Seite an Seite mit ihrem Vater. Seit 2003 sind die Firmen zusammen von Nicole Blome-König und Christine Blome geführt.*

*Über drei Generationen sind die Fundamente des bestmöglichen Erfolgs von Uhren Blome, auf dem wir auch die Zukunft des Hauses gestalten werden.*

## UHREN BLOME

Jubiläums-Jahrbuch für ein Luxusuhren-Haus.

Visuelle Leitidee ist das Vergehen der Zeit – anhand von Fotos und Geschichte des Familienunternehmens und illustrativ.

Hochwertig verarbeitet mit Festeinband, edlen Papieren, Blind- und Silberprägung.

# THOMAS -bÖHMER

# THOMAS -bÖHMER

THOMAS BÖHMER –  
MUTMACHER FÜR  
NEUE WEGE

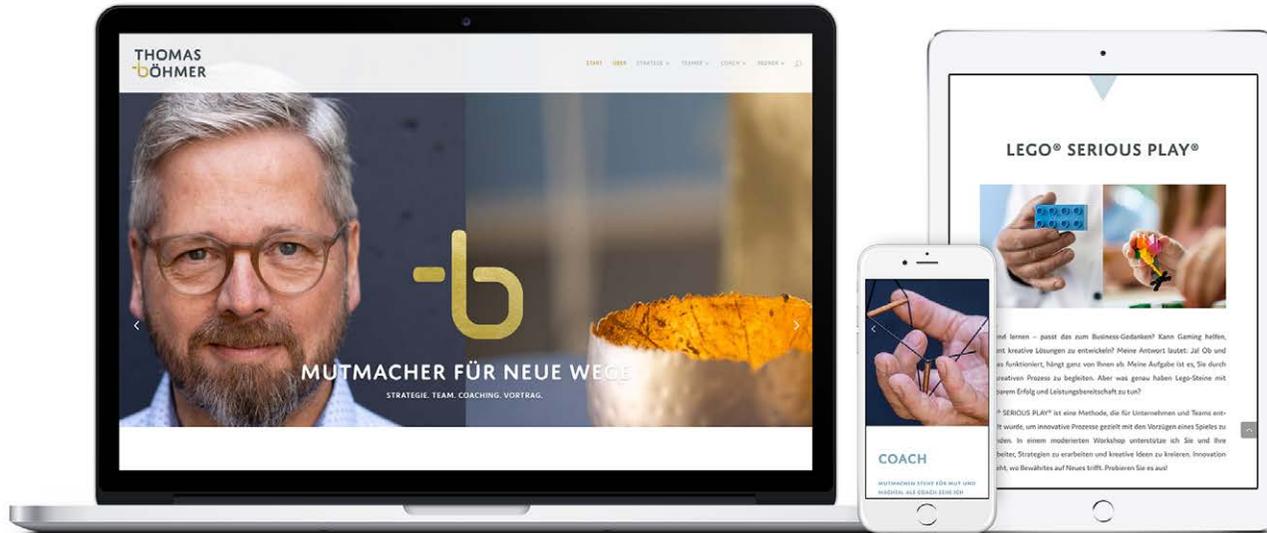
Corporate Design-Entwick-  
lung für einen strategischen  
Unternehmens-Coach und  
Vortragsredner.

Logo in zwei- und einzeiliger  
Variante.

Visitenkarte aus extradickem  
Papier, Volltondruck plus  
Heißfolienprägung.

Image-Anzeige.

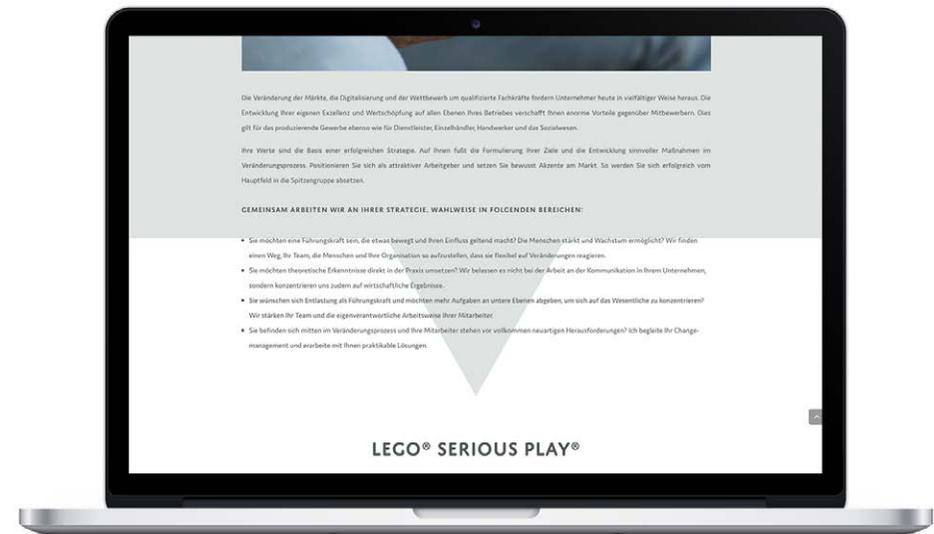




Responsive Website.

Fotos: Michael Kestin

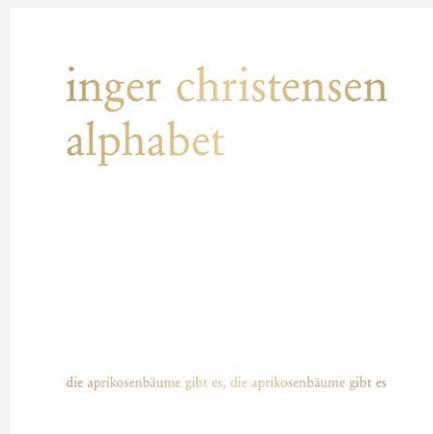
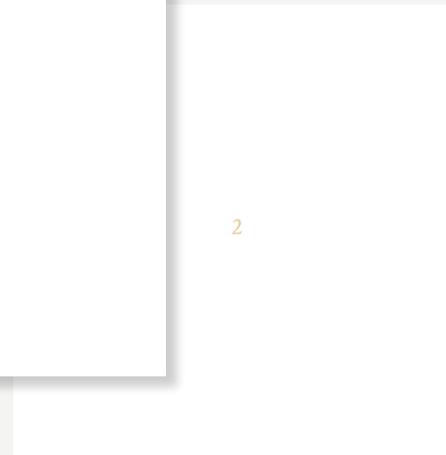
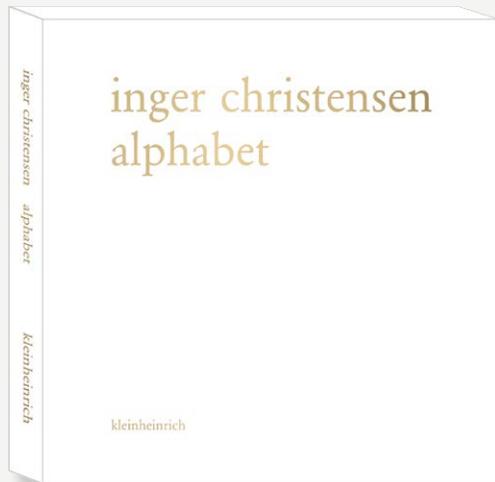
Texte: Edda Klepp



## BUCHKUNST KLEINHEINRICH

Minimalistisches Packaging  
Design für die Aufnahme  
einer lyrischen Lesung.

Druck in Vollton-Gold für  
Kartonage, Schutzhüllen,  
Tonträger und Booklet.



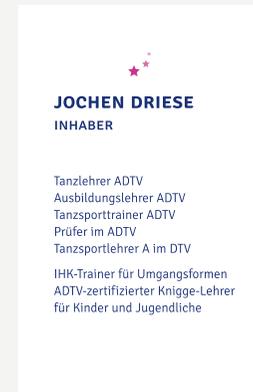


Tanzschule Driese - Friedrich-Ebert-Str. 114 - 48153 Münster

Tanzschule Driese  
Mitglied im ADTV  
Friedrich-Ebert-Str. 114  
48153 Münster  
Tel. 0251 418400  
Fax 0251 4184032  
www.driese.de  
info@driese.de  
Inhaber  
Jochen Driese

SINr. 337/5054/0076  
Gläubiger ID DE96ZZZ00000311066

IBAN DE50 4005 0150 0055 0729 46  
BIC WELADED1MST



## TANZSCHULE DRIESE

Corporate Design und Claim für eine klassische inhabergeführte Tanzschule.

Tanz als Leidenschaft: Ziel ist ein zeitgemäßer Auftritt, der die Emotion beim Tanzen spürbar werden lässt.

Logo, Briefbogen, Visitenkarte und Gutschein.

## GESCHENK\*GUTSCHEIN

Für \_\_\_\_\_

Im Wert von € \_\_\_\_\_ in Worten \_\_\_\_\_

Ausgestellt am \_\_\_\_\_

Unterschrift, Stempel \_\_\_\_\_



Tanzschule Driese  
Mitglied im ADTV  
Friedrich-Ebert-Str. 114  
48153 Münster  
Tel. 0251 418400  
www.driese.de  
info@driese.de

Gültig 1 Jahr.  
Barauszahlung nicht möglich.

**Schwangere  
können  
nicht  
warten!**

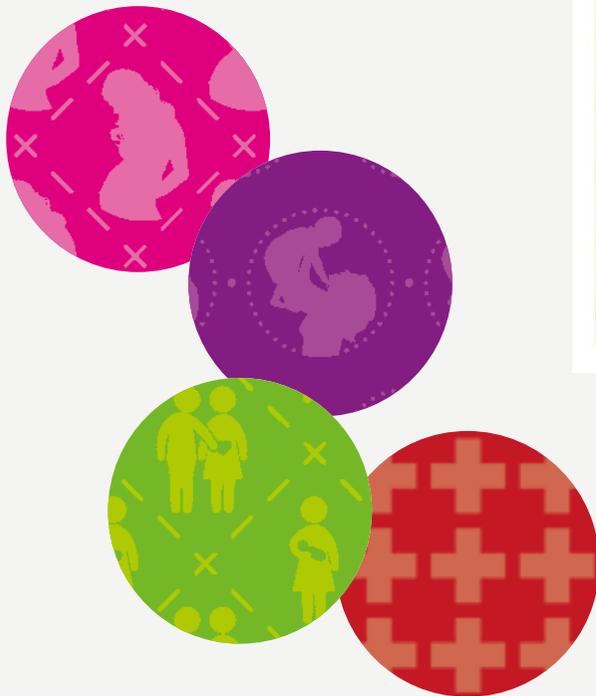
**Eine Geburt  
darf kein  
Wirtschafts-  
faktor sein!**

ELTERNPROTEST,  
BUNDESINITIATIVE

Postkarten an politische  
Empfänger.

**Familien  
brauchen  
Hebammen!**

**Geburten im  
Rettungswagen  
sind für Mutter  
und Kind  
nicht sicher!**



Produkt-Flyer für einen Hersteller therapeutischer Tierpflege.

Logo und Farbschema lagen bereits vor und werden beibehalten; das Layout wurde vorsichtig modifiziert.

**ZECKENSCHUTZ FELLWÄCHTER**  
Hochwirksam, 100% natürlich, handmade

**ZECKENSCHUTZ FELLWÄCHTER**

Für den „Fellwächter“ verwenden wir hochkonzentrierte, 100% natürliche Inhaltsstoffe als Basis Kokosnussextrakt, außerdem das Öl des gefleckten Storchschnabels sowie unter anderem Wacholder-Extrakt, Pampelmusens- und Rosensholz-Öl – und vor allem das gegen Zecken sehr wirksame Geraniol.

Die von uns sorgfältig aufeinander abgestimmten Inhaltsstoffe des „Fellwächters“ unterstützen sich gegenseitig und wirken daher umso intensiver. Das Spray hat einen angenehmen Duft und entwickelt keinen öligen Film auf dem Fell. Kinder können nach dem Auftragen ohne Weiteres mit dem Tier kuscheln.

**Anwendung:** Vor Gebrauch schütteln. Danach auf die Handinnenflächen sprühen und auf dem Fell von Hals, Rücken und Beinen verteilen (nur bei unversehrter Haut nutzen). Die Wirkung hält mindestens 3 bis 4 Tage an. Gehe ein Hand schwimmen oder wird das Tier durch Regen nass, dann das Spray noch einmal auf das trockene Fell auftragen. Allergische Reaktionen sind möglich.

**Größe:** 100 ml  
Für: Hund, Katze und deren Welpen

**Inhaltsstoffe (Volldeklaration):**  
Kokospalmen-Extrakt, Öl des Gefleckten Storchschnabels, Wacholder-Extrakt, Pampelmusens- und Rosensholz-Öl, Linalool, Geraniol, Citronellöl, Citral, Linalonen

**Feele GmbH & Co. KG**  
Inhaberin: Alexandra Gadsch  
Bauernweg 3  
82229 Seefeld-Hochendorf  
Tel: +49 176 2469710  
alexandra.gadsch@feele.de  
facebook.com/feele.de  
instagram.com/feele\_tierpflege  
feele-online-shop.de  
**WWW.FEELE.DE**

**THERAPEUTISCHE TIERPFLEGE**  
Hochwirksam, 100% natürlich, handmade

**PFLANZEN- UND INHALTSSTOFFE**

**JOHANNISKRAUT**  
Johanniskraut wird als das „Amika der Nerven“ bezeichnet, denn es leistet gute Dienste bei verschiedenen nervösen Beschwerden, die u. a. mit Erschöpfung verbunden sind. Zudem fördert Johanniskraut einen gesunden Schlaf. Außerlich angewendet, kommt es unterstützend wegen seiner beruhigenden und zusammenziehenden Eigenschaften bei Verletzungen, Entzündungen und Insektenstichen zum Einsatz.

**HONIG**  
Honig hat eine beruhigende und stärkende Wirkung. Außerdem besitzt er sowohl keimwürgende als auch bakterienhemmende Eigenschaften. Seine unterstützende Wirkung entfaltet er u. a. bei (Schürf-)Wunden, Verletzungen sowie bei (alten) Narben. Darüber hinaus kann er bei Zerrungen und Prellungen hilfreich sein. Sehr trockene Haut versorgt er mit Feuchtigkeit – er macht sie glatt und geschmeidig.

**ZEOLITH**  
Zeolith ist ein vulkanisches und mikroporöses Gestein. Zerkernt und möglichst fein vermahlen, besitzt es eine große Wirkungsoberfläche und funktioniert, zusätzlich aufgetragen, wie eine Art Schwamm. Mit seiner Hilfe werden z. B. (Wund-)Sekrete aufgesaugt und Schwellungen reduziert. Zeolith eignet sich zur ergänzenden Behandlung frischer Verletzungen wie Brand-, Schnitt- und Schürfwunden, indem es das Abtrocknen verletzter Haut und damit die Krustenbildung unterstützt.

**PROPOLIS**  
Propolis ist das Kittfarb der Bienen. Am Flugloch des Bienenstocks sorgt es dafür, dass Bakterien, Pilze und Viren nicht in das Innere der Bienenkugel gelangen. Zudem wird Propolis eine regenerierende und schmerzstillende Wirkung nachgesagt – etwa bei Insektenstichen, (leichten Brand-) Wunden und Entzündungen. Zudem pflegt es saure, rissige und trockene Haut. Für diese positiven Eigenschaften sind circa 200 bekannte Einzelsubstanzen der Propolis verantwortlich.

**ECHE KAMILLE**  
Echte Kamille kann bei entzündlichen, schlecht heilenden und schmerzhaften Wunden sehr hilfreich sein. Außerdem angewendet, hat sie sich außerdem bei rissiger Haut, nässenden Ekzemen und Sonnenbrand bewährt.

**KOKOSNUSSEXTRAKT**  
Die Kokosnuss ist die Frucht der Kokospalme. Ihr weiches „Fleisch“ besteht zu etwa 35 Prozent aus Fett. Besonders interessant ist die darin überwiegende Laurinsäure. Sie macht nicht nur Bakterien, Viren und Pilzen das Leben schwer, sondern vertreibt zusätzlich Zecken.

**RINGELBLUME**  
Auszüge aus den Blüten der Ringelblume können bei Riss-, Stich- und Quetschwunden, aber auch bei eblenden, schlecht heilenden Verletzungen und kleineren Verbrunnenungen hilfreich sein. Sie kann zudem Entzündungen entgegenwirken und fördert die Regeneration der Haut.

**UNSERE FEELEOSOPHIE**

**Hallo, ich bin Alexandra Gadsch**

Bei uns finden Sie 100% natürliche, von Hand hergestellte Pflege- und Wohlfühlprodukte für Ihren Hund und Ihre Katze. Unsere therapeutische Tierpflegeserie mit alpinen Kräutern und Extrakten ist hochkonzentriert, trotzdem aber saftig und gut verträglich.

Auf die Idee, etwas Derartiges zu entwickeln, brachte mich u. a. mein inzwischen drei Jahre alter Flat Coated Retriever Baki. Na ja ... genauer gesagt, waren es die Spaziergänge mit ihm, denn beim Gassigehen kam ich mit vielen Hundebesitzern ins Gespräch. Sie erzählten mir von den kleinen und großen Problemen ihrer Tiere: brennend juckende Haut, quälendem juckreiz, rissigen Pfoten und Nervosität.

Propolis „Nervosität“. Ursprünglich gab es bei Feele nur Pflege- und Wohlfühlprodukte für den Menschen. Zu ihnen gehörte u. a. ein großes Ziegen-Schlafkissen. Wie mir meine Kunden erzählten, lagen und schliefen jedoch nicht nur sie, sondern auch ihre Fellnasen und Samtpfoten darauf. Und das Beste daran: Hund und Katze waren danach viel entspannter. Deshalb fragten mich meine Kunden: „Warum machst du nicht so etwas Tolles auch für unsere Tiere?“

Beides trug dazu bei, dass die Geschäftsidee schnell geboren war. Seit 2016 entwickeln und produzieren wir deshalb im Tiroler Pitztal zusätzlich einzigartige Pflege- und Wohlfühlprodukte für Tiere. Denn durch Baki weiß ich vor allem eines: dass einem ein Tier wirklich alles bedeuten kann.

Ich bin **Alexandra Gadsch** (Inhaberin von Feele im Balm) und liebe meine Tiere.

Für alle Feele-Produkte gilt:

**Zeckenschutz „Fellwächter“**

Vermeidet Insektenbisse und -stiche (unter anderem Zecken, Mücken)

Die von uns sorgfältig aufeinander abgestimmten Inhaltsstoffe des „Fellwächters“ unterstützen sich gegenseitig und wirken deshalb umso intensiver. Das Spray hat einen angenehmen Duft und entwickelt keinen öligen Film auf dem Fell. Kinder können nach dem Auftragen ohne Weiteres mit dem Tier kuscheln.

**Inhaltsstoffe (Volldeklaration):**  
Kokospalmen-Extrakt, Öl des Gefleckten Storchschnabels, Wacholder-Extrakt, Pampelmusens-Öl, Rosensholz-Öl, Linalool, Geraniol, Citronellöl, Citral, Linalonen  
**Größe:** 100 ml  
Für: Hund, Katze und deren Welpen

**Repairbalsam „Hautzauber“**

Druck- und Scheuerstellen (vorbeugend), keimwürgend und bakterienhemmend, bei (Haut-)Entzündungen

Der „Hautzauber“ sorgt für intakte und gesunde Haut. Er beugt Reizungen vor und unterstützt bei Entzündungen. Außerdem fördert das enthaltene Lorbeeröl die Durchblutung.

**Inhaltsstoffe (Volldeklaration):** Olivenöl, Bienenwachs, Marmelöl, Öl der Echten Kamille, Propolis, Lorbeeröl, Bergquellwasser, Alkohol aus Obstdestillaten  
**Größen:** 10 ml und 25 ml Für: Hund, Katze und deren Welpen

**KUNDENSTIMMEN**  
„Ich bin total begeistert vom Fellwächter! Wir haben seit der Benutzung keine Zecke mehr an unseren beiden Hundemädeln gefunden. Großartig!“  
Martina Schulz aus Oberaudena



food & function  
genuss trifft wissenschaft

## FOOD & FUNCTION

Logo-Entwicklung für einen Foodblog.

Besonders ist, dass hier Kulinarik mit wissenschaftlichen Fakten und Hintergründen verquickt wird:

Der Blog wird betrieben von einer Journalistin und einem Lebensmittelchemiker.

Wie bei einer Zwiebel offenbaren sich die wirklich interessanten Fakten erst, wenn man das Sujet Schicht für Schicht freilegt.

## MARIKE FRICK, WAS JOURNALISTEN WOLLEN

Schärfung und Weiterentwicklung des Corporate Designs.

Infografiken, E-Books, Kursunterlagen, Freebies und Social-Media-Grafiken zur Vermarktung von Medien-Coachings und Online-Kursen.

**PR-KALENDER 2019**

95 TERMINE, AUFHÄNGER UND THEMEN-IDEEN  
FÜR DEINE PRESSEARBEIT

WAS  
**Journalisten**  
WOLLEN

HEY,

WAS  
**Journalisten**  
WOLLEN

... ICH BIN MARIKE – UND ICH MÖCHTE DIR HELFEN,  
2019 ZU DEINEM PR-JAHR ZU MACHEN!

Hast du schon viel probiert, aber noch viel zu wenig Presse-Erfolg gehabt? Oder stehst du noch ganz am Anfang deiner PR und weißt gar nicht, wo anfangen?

DANN SOLLTEST DU EIN WICHTIGES WORT KENNEN: „AUFHÄNGER“.

Ein Aufhänger ist etwas, das ein „Joa, könnte man mal machen“-Thema zum „Müssen wir unbedingt bringen!“-Thema katapultiert. Denn Journalisten brauchen einen Grund, warum sie gerade jetzt über das berichten sollen, was du ihnen da vorschlägst.

Das können Aktionstage sein (etwa Tag der Datensicherheit), Jahrestage (30 Jahre Mauerfall), Saisonale Ereignisse (Schulanfang), Kalender-Ereignisse (Ostern, Zeitumstellung, Weihnachten). Und so weiter und so fort.

Wichtig: Je ungewöhnlichere Themenvorschläge du zum jeweiligen Aufhänger entwickelst, desto besser! Versuche, gegen den Trend zu denken. Was schon 1000 Mal gesagt worden ist, wird keinen Journalisten mehr hinter dem Ofen vorlocken!

Und jetzt viel Spaß mit deinem PR-Kalender 2019.

Marike

FEBRUAR 2019

WAS  
**Journalisten**  
WOLLEN

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Notizen:				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	Notizen:		

■ INTERESSANTE TERMINE IM FEBRUAR  
+++ 04.02.: Weltkrebstag +++ 10.02.: Welttag der Ehe +++ 12.02.: 40. Jahrestag: Erste Weltklimakonferenz in Genf +++ 14.02.: Valentinstag +++

© Marike Frick, www.wasjournalistenwollen.de

DER THEMEN-FINDE-KREIS

WAS  
**Journalisten**  
WOLLEN

Hast du Schwierigkeiten überwunden? Hast du Erfahrungen gemacht, die andere nicht gemacht haben? Kannst du eine Story über dich erzählen?

Zu welchem Detail/Thema kennst du dich richtig gut aus? Welches Ereignis könntest du mit deinem Wissen erklären? Was können andere von dir lernen?

Hast du eine starke Meinung zum Thema, die andere nicht teilen? Geht dir etwas gehörig auf die Nerven? Gibt es etwas, das du „fordern“ kannst?

© Marike Frick, www.wasjournalistenwollen.de

PR-Kalender 2019, ein digital befüllbares Planungstool.



WAS Journalisten WOLLEN

### HEY, ICH BIN MARIKE – UND ICH MÖCHTE DIR HELFEN, DEIN BUSINESS 2020 IN DIE PRESSE ZU BRINGEN!

Hast du schon viel probiert, aber noch viel zu wenig Erfolg gehabt? Oder stehst du noch ganz am Anfang deiner Pressearbeit und weißt gar nicht, wo anfangen?

DANN SOLLTEST DU EIN WICHTIGES WORT KENNEN: „AUFHÄNGER“.

Ein Aufhänger ist etwas, das ein „Joa, könnte man mal machen“-Thema zum „Müssen wir unbedingt bringen!“-Thema katapultiert. Denn Journalisten brauchen einen Grund, warum sie gerade jetzt über das berichten sollen, was du ihnen da vorschlägst.

Das können Aktionstage sein (etwa Tag der Datensicherheit), Jahrestage (40 Jahre „Die Grünen“), Saisonale Ereignisse (Schulanfang), Kalender-Ereignisse (Ostern, Zeitumstellung, Weihnachten). Und so weiter und so fort.

WICHTIG: JE UNGEWÖHNLICHERE THEMENVORSCHLÄGE DU ZUM JEWEILIGEN AUFHÄNGER ENTWICKELST, DESTO BESSER!

In diesem Kalender wirst du einige Beispiele finden, was ich damit meine. Denn ich habe dort nicht nur Ereignisse zusammengetragen, die sich als Aufhänger eignen könnten – ich gebe dir auch konkrete Themenideen, was du daraus machen kannst.

Ist das was?!

Und jetzt viel Spaß mit deinem PR-Kalender 2020.

Marika

## SO BENUTZT DU DEN PR-KALENDER

WAS Journalisten WOLLEN

### SCHRITT 1:

Schau dir die bereits eingetragenen Termine an. Welche der Tage haben mit deinem Themengebiet zu tun? Fällt dir etwas ins Auge, das Anlass sein könnte, deine Story zu erzählen oder dein Wissen weiterzugeben? Kannst du zu einem Thema mal so richtig auf den Tisch hauen, aufklären oder Trends benennen?

### SCHRITT 2:

Suche jetzt nach auf dir bekannten Webseiten nach weiteren Terminen, die mit deiner Thematik oder Branche zu tun haben. Du verkaufst Autoversicherungen? Dann schau nach, wann 2020 große Automessen stattfinden. Du hast ein eigenes Modelabel? Dann halte Ausschau nach den bekanntesten Fashion Weeks. Aber versteife dich nicht zu sehr auf offensichtliche Termine! Für eine Bra-Fitterin etwa könnte durchaus das Oktoberfest interessant sein – weil sie dann vorschlagen kann, wie man im Dirndl ein tolles Dekolleté hinkommt.

### SCHRITT 3:

Danke auch an die Veröffentlichung großer Studien oder das Erscheinen eines lang erwarteten Bestsellers/Kinofilms. Auch die können dir Ideen für Themen liefern.

### SCHRITT 4:

Was kannst du Journalisten als Thema zu einem bestimmten Aufhänger anbieten? Lass dich dabei auch von meinen Beispielen inspirieren! Mach dir Notizen im Feld „Meine Ideen“.

### SCHRITT 5:

Trage auf der letzten Seite, in der Jahresübersicht, den optimalen Zeitpunkt für jeden „Pitch“ ein – wann du also das Thema einer Redaktion vorschlagen solltest (und ja: erst mal jedes Thema nur EINER Redaktion anbieten! Mehr dazu erfährst du in meinen 20 kostenlosen Tipps). Bei Magazinen ist der beste Zeitpunkt etwa drei Monate vorher, bei Online-Magazinen ca. drei bis sechs Wochen. Tagessitzungen kann man auch mal ein wenig kurzfristiger kontaktieren.

## AUGUST 2020

WAS Journalisten WOLLEN

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Notizen:					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	<b>INTERESSANTE TERMINE IN AUGUST:</b> 06.08. 75. Jahrestag: Erster Atombombenabwurf * 13.08. Internationaler Linkshändertag * 18.08. Tag der Antbapypille * 21.08. Tag der Senioren * 25.08. 50. Geburtstag Claudia Schiffer * 31.08. 5. Jahrestag: Angela Merkel zu Flüchtlingszustrom: „Wir schaffen das“					

Serie großformatiger Postkarten für Teilnehmende des Content-Rockstar-Kurses. Monatliche Zusendung.





Logo-Gestaltung und Social-Media-Grafiken für „Marikes PR-Espresso“ – ein wöchentliches Live-Format auf Facebook.




  
 222
   
 ZEITSCHRIFTEN &
   
 ONLINE-MAGAZINE,
   
 IN DENEN
   
 DEIN BUSINESS
   
 ERSCHEINEN
   
 KÖNNTE


**HIER KOMMEN 222 MEDIEN, IN DENEN DEIN BUSINESS ERSCHEINEN KÖNNTE!**

HINWEIS: Die meisten Publikationen haben auch einen Online-Auftritt, auf den wir verlinkt haben. In einigen Fällen gibt es sogar eine separate Online-Redaktion, die eigene Inhalte erstellt, unabhängig von der Print-Ausgabe – auch in dem Fall verlinken wir auf das entsprechende Online-Magazin.
  
Wenn ein Titel nicht klickbar ist, so bedeutet das: Dieses Medium gibt es nur in Print-Form am Kiosk. Wird ein Titel als Link mit Endung: .de, .ch oder .at aufgeführt, so heißt das: Dieses Medium ist ein reines Online-Magazin.

**FÜR ALLE**

Bento.de	Focus	Spiegel
Beobachter (Schweiz)	Huffingtonpost.de	Stern
Buzzfeed.com/de	Nau.ch	Vice
Faz.net	News (Österreich)	Zeit.de

**FÜR FRAUEN**

Annabelle	Emotion	Maxi
Barbara	Flair	Meins
Bella	Frau im Leben	Missy Magazine
Bild der Frau	Freundin	Myself
Biody	Für Sie	Peta
Brigitte Wir	Glamour	Style Magazin
Brigitte Woman	Glofeminin.de	The Curvy Magazine
Cosmopolitan	Harper's Bazaar	Tina
Die Wienerin (Österreich)	InStyle	Woman
Donna	Loira	Wunderweb.de
EditionF.com	Lisa	
Elle	Madame	


  
**Kostenlos herunterladen!**
  
 222
   
 ZEITSCHRIFTEN &
   
 ONLINE-MAGAZINE,
   
 IN DENEN
   
 DEIN BUSINESS
   
 ERSCHEINEN
   
 KÖNNTE


  
**222 Medien, in denen dein Business erscheinen könnte**
  
**Kostenlos herunterladen!**

Kurs „Mein Business in der Presse“. Logo, Freebie „222 Zeitschriften“ und Pinterest-Grafiken, die zum Download führen.

# MEIN Business IN DER PRESSE

JEDE GUTE
   
 UNTERHALTUNG
   
 BEGINNT MIT EINER
   
 STORY.

**MEIN Business**
  
**IN DER PRESSE**

MEIN Business
   
 IN DER PRESSE

WIE SCHÖN, DASS
   
 DU DABEI BIST!

**MEIN Business**
  
**IN DER PRESSE**

Notizheft und persönliche Karte für die Teilnehmenden eines Live-Wochenendes.

# POPULÄR!

Kurs „Populär!“:  
Logo-Entwicklung, Notizheft  
und persönliche Karte für  
Teilnehmende.





**POPULÄR!GOLD**  
MEIN 6-MONATS-CONTENT-PLAN  
ARBEITSUNTERLAGEN

FEBRUAR 2019 POPULÄR!GOLD

MONTAG	DIESTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FRIDAY	SAHSTAG	SONNTAG
Notizen:						
1	2	3				
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	Notizen:		

**ZUSAMMENFASSUNG: BLOGS UND PODCASTS KONTAKTIEREN**

- Das Wichtigste, wenn du einen Blog oder Podcast anschauen möchtest, ist zu prüfen, ob du mit ihm besprochen hast. Sei konkret zu einer Idee, die du vorstellen willst, und warte ein bisschen, bis er sich meldet.
- Da du sicher bist, dass dein Thema ein Thema ist, das sie auch interessiert, wähle ein Thema aus, das sie wahrscheinlich interessiert. Der wichtigste Grund dafür ist, dass du sie nicht überfordern willst. Du solltest sie nicht mit zu vielen Informationen über dein Unternehmen überfordern.
- Basierend auf dem, was du weißt, schreibe ein kurzes Skript für den Podcast oder Blogpost. Halte dich an die Struktur, die du im Interview gesehen hast, und überarbeite sie.
- Wenn du einen Contentbeitrag veröffentlichen willst, schreibe ein kurzes Skript für den Podcast oder Blogpost. Halte dich an die Struktur, die du im Interview gesehen hast, und überarbeite sie.
- Wenn du einen Podcastinterview geben willst, dann schreibe ein kurzes Skript für den Podcast oder Blogpost. Halte dich an die Struktur, die du im Interview gesehen hast, und überarbeite sie.
- Wenn du einen Podcastinterview geben willst, dann schreibe ein kurzes Skript für den Podcast oder Blogpost. Halte dich an die Struktur, die du im Interview gesehen hast, und überarbeite sie.
- Wenn du einen Podcastinterview geben willst, dann schreibe ein kurzes Skript für den Podcast oder Blogpost. Halte dich an die Struktur, die du im Interview gesehen hast, und überarbeite sie.

Kurs „Populär!“, Contentplanungs-Tool, Marketing-Checkliste, E-Book, Kursunterlagen und zugehörige Social-Media-Grafiken.



**POPULÄR!**  
24 IDEEN FÜR SOCIAL MEDIA  
WIE DU DEINEN CONTENT NOCH BESSER UNTER DIE LEUTE BRINGST

**POPULÄR!**

**CHECKLISTE: ÜBERARBEITE DEINEN TEXT**

- Die Checkliste kommt dir nach dem Schreiben eines jeden Textes zustatten. Nicht alles davon MUSS du umsetzen - aber zumindest die meisten vier Punkte sollten dir immer anwendbar!
- Ich habe aus zu langen Sätzen mehrere Textzeile gemacht.
- Ich habe den Text auf zu lange Häufungen überprüft.
- Ich habe Wörter ersetzt, die ich im Alltag niemals benutzen würde.
- Ich habe Substantivierungen entdeckt und durch Familienangehörige mit Namen ersetzt.
- Ich habe Anredephrasen gestrichelt und durch verständliche Erklärungen ersetzt.
- Ich habe den Großteil der Fußnoten gestrichelt.
- Ich habe den Keyword-Check gemacht und an ausgewählte Stellen Bilder im Kopf entstehen lassen.
- Ich habe Details genannt und noch kleinere Einheiten gesucht.
- Ich habe Anrede eingetriggert.
- Ich habe Fragen eingetriggert.
- Ich habe Wörter eingetriggert, die „typisch“ sind.

**POPULÄR!**

**FINDE DEINE STORY**

Populäre Menschen sind in der Regel gute Geschichten-Erzähler. Suchen wir deshalb am in diese Checkliste in diesem Abschnitt finden wir heraus, was von dir ist, was du tun - wir finden dann Begründungen.

Schreib dir, wie du bist, bevor du sie bei vielen Gelegenheiten hervorheben: in Interviews, Interviews, beim Schreiben von Landingpages - und natürlich sollte sie auch prominent auf deiner Website stehen.

Da du nicht beliebig nicht oder uninteressanten Fragen beantworten können. Es reicht, wenn du einige der genannten Ideen ausführen kannst!

Gib es einem konkreten Moment, in dem du entscheiden hast: „Das MUSS ich machen!“ (genau dieses Business gründen und kein anderes)

Gib es ein Erlebnis in deiner Kindheit/Jugend/gerade in deiner Vergangenheit, das bis heute Motivation ist, genau das zu tun, was du tust!



**POPULÄR!**  
CHECKLISTE: MARKETING OHNE ÜBERFORDERUNG  
IN 3 STUFEN ZU MEHR BEKANNTHEIT ONLINE - WAS DU WANN TUN SOLLTEST

**POPULÄR!**

**HEY, ICH BIN MARKTE - UND ICH HABE ES IN 3 JAHREN VON 0 AUF 8000 NEWSLETTER-ABONNENTEN GEBRACHT!**



Wie ich das geschafft habe! Durch viele kleine Schritte. Ich habe gelernt, wie online Bekanntheit entsteht und es ausreichend Kunden finden zu können, um meine Produkte zu verkaufen. Newsletter, Facebook, Instagram, Blogposts, YouTube, Facebook-Gruppen, Podcasts - was auch immer, was ich mir erlaube, was ich mir erlaube, was ich mir erlaube, was ich mir erlaube.

DIESE CHECKLISTE HILFT DIR, DICH ZU FOKUSSIEREN - DAMIT DU NICHT ALLES AUF EINMAL MACHST UND SCHRIEBVIERE VORANKOMMST.

Auch ich habe erst mit mir mit dem Bloggen und mit Content-Beiträgen angefangen, dann eine Facebook-Gruppe aufgebaut - und erst deutlich später andere Kanäle wie Podcast oder YouTube ausprobiert.

Dabei möchte ich dir gerne keine Vorschriften machen. Kann sein, dass YouTube von Anfang an der für dich richtige Kanal ist (wenn deine Zielgruppe sich da umhört und da Video liest). Kann sein, dass eine Facebook-Gruppe für dich nicht funktioniert.

Du musst dich also nicht über mich an meine Vorschläge halten! Die generelle Aussage dieser Checkliste ist: Mach nicht zu viel auf einmal.

Meine Empfehlungen geben dir eine Ahnung davon, wie dein Weg aussehen könnte - aber dass du dich überfordert.

**Journalisten WOLLEN**

**Online-Marketing ohne Überforderung - die Checkliste**

Kostenlos herunterladen!

**Journalisten WOLLEN**

**In 3 Stufen zu mehr Bekanntheit online**

Kostenlose Checkliste!

**Journalisten WOLLEN**

**Was du genau jetzt fürs Online-Marketing tun solltest**

Kostenlose Checkliste!

**Journalisten WOLLEN**

**POPULÄR!**  
CHECKLISTE: MARKETING OHNE ÜBERFORDERUNG  
IN 3 STUFEN ZU MEHR BEKANNTHEIT ONLINE - WAS DU WANN TUN SOLLTEST

Kostenlos herunterladen!

**Journalisten WOLLEN**

**Kostenloses Webinar am 18./19. April**

**Von 0 auf 4000 in 18 Monaten - meine komplette Strategie!**

facebook.com/wasjournalistenwollen.de



# besserschreiber

Kurs „Besserschreiber“,  
Logo, Social-Media-Grafiken  
und Kursunterlagen.

DIE PERFERTE E-MAIL - TEIL 1

## WAS DU MIT EINER KURZEN, KNAPPEN E-MAIL ERREICHST



DIE PERFERTE E-MAIL - TEIL 2

## DIE BETREFFZEILE UND DEINE ERSTEN SÄTZE




DIE PERFERTE E-MAIL - TEIL 3

## WAS DU DANN NOCH BRAUCHST





Neu im Blog

## Wie du das Meiste aus Besserschreiber herausholst

wasjournalistenwollen.de



## WAS MACHT DIE PERFERTE STARTSEITE AUS?

Die meisten Startseiten sind viel zu textlastig und konvertieren nicht – weil sie die Bedürfnisse von Webseitenbesuchern nicht optimal ansprechen.

### DIE PERFERTE SEITE

- Ist übersichtlich und damit leicht zu konsumieren
- Spricht emotionale Bedürfnisse an
- Benennt klar ein Problem und seine Lösung
- Nutzt verständliche Sprache
- Enthält deutliche Handlungs-Aufforderungen
- Vermittelt Vertrauen (durch Bewertungen/Testimonials)
- Macht dem Besucher klar, was auf dem Spiel steht, wenn er nicht handelt

Meine zwei perfekten Vorlagen für Startseiten, die konvertieren, beinhalten all diese Elemente. Natürlich musst du dich nicht sklavisch an den vorgeschlagenen Aufbau halten. Manches mag für dein Business nicht umsetzbar sein. Wichtig ist vor allem, dass du die oben genannten Elemente für perfekte Startseiten bedienst.

**VIEL SPASS BEIM AUSPROBIEREN!**



## VORLAGE 1 – FÜR DIENSTLEISTER, BERATER, COACHES & CO

besserschreiber

Hier kannst du auf weiterführende Inhalte verlinken, z.B. Freebies, Blogposts, eine Facebook-Gruppe, einen kostenlosen Call ... Im Button sollte glasklar stehen, wofür er führt. Etwa: „Mach einen Termin mit mir“ oder „Lade dir meine Checkliste runter“.

Auch diesen Satz kannst du natürlich anders formulieren.

Halte dich hier kurz, sei konkret, vermeide Aussagen, die auf jeder zweiten Webseite schon könnten. Was hebt dich wirklich von deiner Konkurrenz ab?

Dieser Satz ist natürlich nicht in Stein gemeißelt. Wichtig: Gib Orientierung!

Alternativ könntest du 3 verschiedene Zielgruppen benennen (z.B. „Du bist schwanger?“, „Du hast gerade entbunden?“, „Dein Kind ist schon etwas größer?“)

### DEIN STARTSATZ AUS DEM STARTSEITEN-BOOSTER

Benenne den ersten Schritt, den der Webseitenbesucher gehen sollte, um sein Wunsch-Ergebnis zu erreichen (Freebie herunterladen / Gespräch buchen / Kostenlose Probestunde reservieren / Postleitzahl eingeben ...)

**BUTTON: JA, ICH WILL ...**

### WOBEI BRAUCHST DU GERADE HILFE?

1

Konkretes Problem Nr. 1 für das du Hilfe anbieten kannst

**BUTTON**

2

Konkretes Problem Nr. 2 für das du Hilfe anbieten kannst

**BUTTON**

3

Konkretes Problem Nr. 3 für das du Hilfe anbieten kannst

**BUTTON**

### MEINE BESTEN TIPPS

Zeig das Coverbild eines Blogposts, das farblich an den Stil der Webseite angepasst ist

Zeig das Coverbild eines Blogposts, das farblich an den Stil der Webseite angepasst ist

Zeig das Coverbild eines Blogposts, das farblich an den Stil der Webseite angepasst ist

WAS **Journalisten** WOLLEN

GEBRAUCHSANWEISUNG:  
**SO BEKOMMST DU PRESSE**

... ALS COACH ODER BERATER

**DIE ESSENZ**

Journalisten suchen Experten. Biete dein Wissen über ein ganz konkretes Thema an, statt über deine Dienstleistung zu sprechen

Je niedriger das Thema, desto weniger Konkurrenz hast du.

**WICHTIGE FRAGEN**

Was kann ich einordnen oder erklären?

Wozu könnte ich meine Meinung sagen, zu welchem aktuellen Ereignis, welcher Entwicklung?

**SO GEHT'S**

Schreib keine Massen-Pressemitteilung, sondern eine knappe E-Mail an einen Journalisten mit dem Vorschlag für ein Interview.

Sprich kurz an, was du zu sagen hättest und warum du geeignet bist.

... FÜR DEIN PRODUKT

**DIE ESSENZ**

Deine Geschichten, Erlebnisse und Meinungen sind viel interessanter als dein Produkt!

Erzähle kleine Geschichten, sprich darüber, was dich von anderen unterscheidet. Dann werden Journalisten aufhören.

**WICHTIGE FRAGEN**

Welche Themen oder Debatten sind mit meinem Produkt verknüpft?

Welche aktuellen Entwicklungen?

Und welche persönlichen Erfahrungen habe ich dazu zu bieten?

**SO GEHT'S**

Schreib eine kurze E-Mail mit einem Themenvorschlag.

Wenn du Produkte versendest, dann nur gezielt an Publikationen mit passenden Produktserien. Unbedingt denjenigen finden, der die Produktseite verantwortet!

... FÜR DEIN EVENT

**DIE ESSENZ**

Lade nicht einfach nur ein. Du, Journalisten einen Grund, zu kommen, z. B., weil

- eine interessante Person vor Ort ist,
- etwas Ungewöhnliches passieren wird,
- die Veranstaltung mit einem hochaktuellen Ereignis zu tun hat.

**WICHTIGE FRAGEN**

Kann ich die Veranstaltung mit einer Debatte in Verbindung bringen?

Mit einem Jubiläum oder Aktionstag?

Welcher Aufhänger macht mein Event interessanter?

**SO GEHT'S**

Schicke eine kurze E-Mail, in der das Besondere, Außergewöhnliche an deinem Event sofort genannt wird – am Besten im ersten Satz

Ohne Köder stichst du nicht hervor!

**VIEL ERFOLG!**  
MARIKE VON WWW.WASJOURNALISTENWOLLEN.DE

SO BEKOMMST DU PRESSE ...

... WENN DU **Coach oder Berater** BIST

NEUE SERIE · TEIL 1 VON 3

SO BEKOMMST DU PRESSE ...

... WENN DU **EIN Event PLANST**

NEUE SERIE · TEIL 3 VON 3

SO BEKOMMST DU PRESSE ...

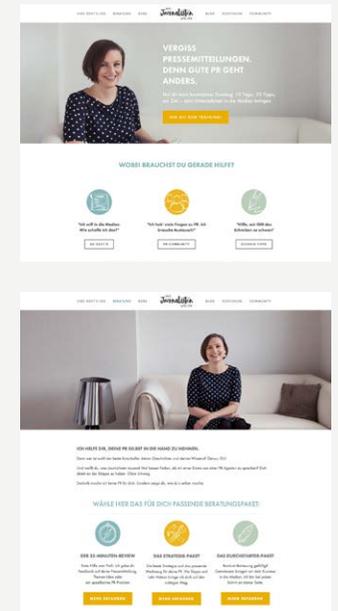
... **FÜR DEIN Produkt**

NEUE SERIE · TEIL 2 VON 3



Serie „Presse bekommen“, Infografik und Social-Media-Grafiken.

Icon-Sets für verschiedene Bereiche der Website. Die Basis sind Zeichnungen von Hand, die ich digitalisiert und weiterentwickelt habe.





Stillen: natürlich unkompliziert!

### Stillberatung Anne Heitzig

Passauerstr. 35, 81369 München  
Tel. 0152 58163849  
info@stillberatung-heitzig.de  
www.stillberatung-heitzig.de  
@ stillberatungheitzig

## ANNE HEITZIG STILLBERATUNG

Visitenkarte\* und zwei Flyer.



### Stillberatung Anne Heitzig



Als Stillberaterin begleite und unterstütze ich dich nach einer ausführlichen Anamnese durch die gesamte Stillzeit.

#### »» Mein Angebot für dich ««

Telefonische Beratung  
| Hausbesuch  
| Laserbehandlung

Deine verlässliche Unterstützung für alle Fragen in der Stillzeit.

Stillen ist Nahrung, Nähe –  
und noch viel mehr.



#### Preise

Beratung in der Praxis, pro Stunde: 50 €  
Mit Laserbehandlung, pro Stunde: 60 €  
Als Hausbesuch zusätzlich: 10 €

Telefonische Beratung;  
bis 5 Minuten kostenfrei;  
danach jede weitere Minute 1 €

Ist eine Stillberatung bei mir erfolgt,  
sind alle telefonischen Rückfragen zum  
besprochenen Thema kostenfrei!

Laserbehandlung mit Kurzberatung  
(im Rahmen der Stillgruppe) 15 €

Die Leistungen werden bisher nicht  
von der Krankenkasse übernommen.

#### Ich bin für dich erreichbar

Di bis Fr: 8 bis 18 Uhr | Sa: 9 bis 12 Uhr

Stillberatung Anne Heitzig  
Passauerstr. 35, 81369 München  
Tel. 0152 58163849 | info@stillberatung-heitzig.de  
www.stillberatung-heitzig.de | @ stillberatungheitzig



### Stillberatung Anne Heitzig



#### Stillgruppe für Stillende & Schwangere

Stillen ist Nahrung, Nähe – und noch viel mehr.

Zusammen besprechen wir alles, was im Alltag  
mit Stillkind so anfällt. Auch als Schwangere ohne  
Stillbaby bist du herzlich willkommen!

Als Stillberaterin leite ich die Gruppe und  
trage den fachlichen Anteil für ein stimmiges  
Miteinander in der Gruppe.

Gemeinsam miteinander wachsen.



#### »» Mein Angebot für dich ««

Kostenfreie Stillgruppe mit ca. 1,5h Dauer  
Kleine, gemütliche Runde  
Kostenfreie Stillberatung im Gruppenkreis  
Laserbehandlung mit Kurzberatung (15 €)

#### Anmeldung

Schreib mir eine E-Mail!

#### Anreise

Auto: Scanne den QR-Code  
und navigiere via Smartphone.  
Bitte nutze die ausgewiesenen  
Parkplätze neben dem Haus.



S-/U-Bahn: Haltestelle Harras

#### Ich bin für dich erreichbar

Di bis Fr: 8 bis 18 Uhr | Sa: 9 bis 12 Uhr

Stillberatung Anne Heitzig  
Passauerstr. 35, 81369 München  
Tel. 0152 58163849 | info@stillberatung-heitzig.de  
www.stillberatung-heitzig.de | @ stillberatungheitzig

\*Das Signet (die stilisierte Stillende) stammt nicht aus meiner Hand, den Logo-Schriftzug habe ich zeitgemäß und leserlicher gegenüber dem Original gestaltet – und damit auch eine neue Hausschrift .etabliert.

# Kein Märchen

Ein Stück über die Zeit.  
Und das Geld.  
Und das Glück?

Mehrgenerationentheater  
für Menschen ab 8 Jahren

26. Oktober 14  
Kreativhaus  
Münster

14., 15. & 16. November 14  
Maschinenhaus  
Essen

22. & 23. November 14

**Weitere Termine  
in Münster!**  
So 08.02.15 | 15.30 Uhr  
Theater i. d. Meerwiese  
An der Meerwiese 25  
Sa 11.04.15 | 20.00 Uhr  
Kreativhaus  
Diepenbrockstr. 28

Theater in der Meerwiese  
Münster

[www.hengelabeggproduktionen.de](http://www.hengelabeggproduktionen.de)

Design: Pascucci Gestaltung, Münster; abasucci@conize.de; 0170-9631822 | Fotos: Bejil D. Wilson

Ministerium für Familie, Arbeit,  
Arbeitsförderung und Sport  
des Landes Nordrhein-Westfalen

STADT MÜNSTER KULTUR

**cibaria**  
... mehr als gutes Brot.

**Lektora**

# Kein Märchen

Ein Stück über die Zeit.  
Und das Geld.  
Und das Glück?

**Mehrgenerationentheater //  
Tanz & Schauspiel  
für Menschen ab 8 Jahren**

26.10.14	18 Uhr	Kreativhaus, Münster
14. & 15.11.14	19 Uhr	Maschinenhaus, Essen
16.11.14	16 Uhr	Maschinenhaus, Essen
22. & 23.11.14	19 Uhr	Stadtteilzentrum Desi, Nürnberg
28.11.14	19 Uhr	Welthaus, Münster
30.11.14	16 Uhr	Welthaus, Münster
08.02.15	15.30 Uhr	Theater i. d. Meerwiese, Münster

Genauere Infos zu Spielorten und Karten unter:  
[www.hengelabeggproduktionen.de](http://www.hengelabeggproduktionen.de)

Mitfinanziert von der Crowd über [startnext.de](http://startnext.de)  
und gefördert von:

**cibaria**  
... mehr als gutes Brot.

**Lektora**

Ministerium für Familie, Arbeit,  
Arbeitsförderung und Sport  
des Landes Nordrhein-Westfalen

STADT MÜNSTER KULTUR

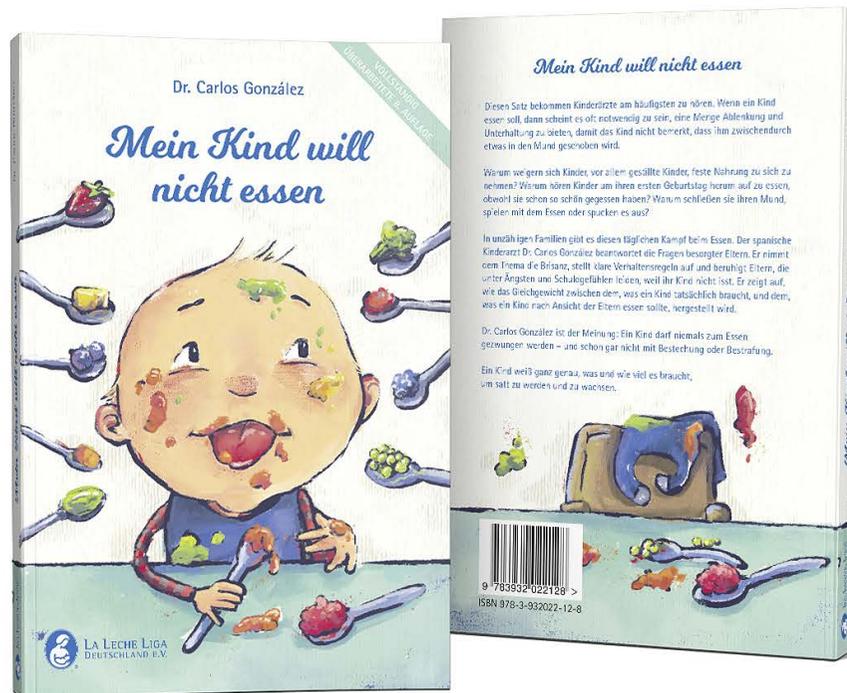
Design: Pascucci Gestaltung, Münster; abasucci@conize.de; 0170-9631822  
Fotos: Bejil D. Wilson; www.bdkw.de

## HENGELABEGG PRODUKTIONEN

Plakat, Karte und Termin-  
aufkleber für eine Produktion  
eines Tanz-/Theater-Labels  
für Kinder ab 3 Jahren.

LA LECHE LIGA  
DEUTSCHLAND E.V.

Konzeption & Entwicklung  
eines serienfähigen Designs  
für Bücher der LLL.  
In Zusammenarbeit mit der  
Illustratorin Martina Bürger.





Juwelier Mahlberg  
GmbH & Co. KG  
Neuer Wall 43  
20354 Hamburg  
Tel 0 40-36 00 62 80-0  
Fax 0 40-36 00 62 80-9  
hamburg@j-m-m.de  
www.j-m-m.de

Geschäftsführer: Gregor Wintersteller | Registergericht Lübeck; Registernummer 2183HL  
Persönlich haftender Gesellschafter: Wintersteller Verwaltungs GmbH | Registergericht Lübeck; B1691HL  
Umsatzsteuer-ID: DE 135078214



Juwelier Mahlberg GmbH & Co. KG  
Neuer Wall 43 | 20354 Hamburg

Stephan Wintersteller  
Inhaber

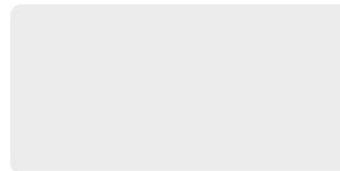
Tel 040-36 00 62 80-12  
s.wintersteller@j-m-m.de



Juwelier Mahlberg  
GmbH & Co. KG  
Neuer Wall 43  
20354 Hamburg  
Tel 0 40-36 00 62 80-0  
Fax 0 40-36 00 62 80-9  
hamburg@j-m-m.de  
www.j-m-m.de



Neuer Wall 43  
20354 Hamburg



## JUWELIERE MAHLBERG & MEYER

Redesign für eine  
Juwelierskette.

Die Beibehaltung des Dia-  
manten war bindend, es  
musste vorsichtig modifiziert  
werden. Dennoch sollte der  
Auftritt zeitgemäß sein.

Hauptfarbe ist ein mattes,  
ungewöhnliches Gold, das in  
Sonderfarbe gedruckt wird.

Briefbogen, Visitenkarte,  
Kurzmitteilung, Umschlag.



Jahrbücher (für insg. 5 Jahrgänge) für die sieben Häuser der Kette. Alle Jahrbücher haben gemeinsame Produkt- und individuelle Imageseiten. Umfang je 120 Seiten.

Gebundenes Buch mit Blindprägung, innen mit Sonderfarbe.

## INNOVATION IST EINE AUSZEICHNUNG

EXKLUSIVE ANGEBOTE IN MODERNER ARCHITEKTUR



Mit Blick in die Zukunft:  
Geschäftsführer  
Johannes Nielsen  
und Urmachermeister  
Jörg Wondand

Als internationale Stadt ist Hamburg seit jeher neuen Impulsen gegenüber aufgeschlossen. Am deutlichsten sieht man das derzeit an der entstehenden Hafen-City, die in prominenter Lage architektonisch einen Meilenstein setzen wird.

Da waren innovative Akzente für uns fast verpflichtend – und so haben wir auf einer der feinsten Einkaufsstraßen

Europas, dem Neuen Wall, das Fliegsschiff unter unseren Standorten entsprechend gestaltet. Im Entrée setzen wir auf großzügige Weite, während der hintere Bereich mit Sitzgruppen zum Verweilen und Unterhalten einlädt.

So können wir Ihnen in moderner Raingestaltung ein exquisites Angebot präsentieren. Besondere Akzente setzen unser Rolex-Shop mit seiner großen Bandbreite und die Kreationen von Tamara Comolli, die Sie in Hamburg nur bei uns finden – manche Kunden reisen sogar von weit her an, um diese besondere Auswahl zu genießen.

So haben wir uns gerne der Atmosphäre dieser Stadt angeschlossen. Besuchen Sie uns in Hamburg, und erleben Sie einen neuen und frischen Mix aus architektonischem Flair und exklusivem Angebot aus den renommiertesten Manufakturen.



Die Zukunft braucht  
Mut und Fantasie:  
Inhaber  
Stephan Wintersteller

## EINZIGARTIGE SCHMUCKVIELFALT

Faszinierend an Tamara Comolli's Schmuck ist unter anderem die Art und Weise, wie er sich anfühlt. Das liegt sicherlich am Faible der Designerin für natürliche, organische Formen. Ihr Schmuck bekommt dadurch eine fast legere Note, so dass man ihn zum Abendkleid wie auch zur Jeans tragen kann.

Dass nur wir Tamara Comolli, Pomellato, Welfendorf, Bvlgari und viele mehr in Hamburg anbieten können, ist uns natürlich eine besondere Freude.

Solch eine exklusive Schmuckvielfalt ist einzigartig und verleiht unserem Haus – und der Stadt – noch ein bisschen mehr Glanz.



Besten Service anzubieten macht Spaß: Mitarbeiter am Neuen Wall

## UNSER ROLEX-SHOP – EINMALIG IN NORDDEUTSCHLAND

FÜR HÖCHSTE ANSPRÜCHE AN AUSWAHL UND QUALITÄT



Vielen Kunden fällt gleich beim Betreten unserer Hamburger Niederlassung eine besondere Attraktion auf: der Rolex-Shop im Eingangsbereich zieht sehr viel Aufmerksamkeit auf sich, denn eine solche Auswahl – von der Stahluhr als täglicher sportlicher Begleiter bis zu den feinsten Juwelenuhren – sucht in Norddeutschland ihresgleichen. Wir sind natürlich erfreut, wenn die Kunden über diese exklusive Bandbreite staunen, und schon mancher Rolex-Liebhaber hat hier ein Modell entdeckt, nach dem er oder sie schon lange gesucht hat.

FORTSCHRITTLICHE ELEGANZ AM NEUEN WALL



Und dann gibt es natürlich auch die Kunden, die eigentlich für andere Uhren schwärmen. Auch die kommen bei uns zu ihrem Recht auf Markenvielfalt und persönliche Beratung in großzügiger Umgebung.

## MAMAFRAUBLOG

Logo für einen Blog, der sich mit unternehmerischen und politischen Seiten der Vereinbarkeit von Familie und Beruf auseinandersetzt.

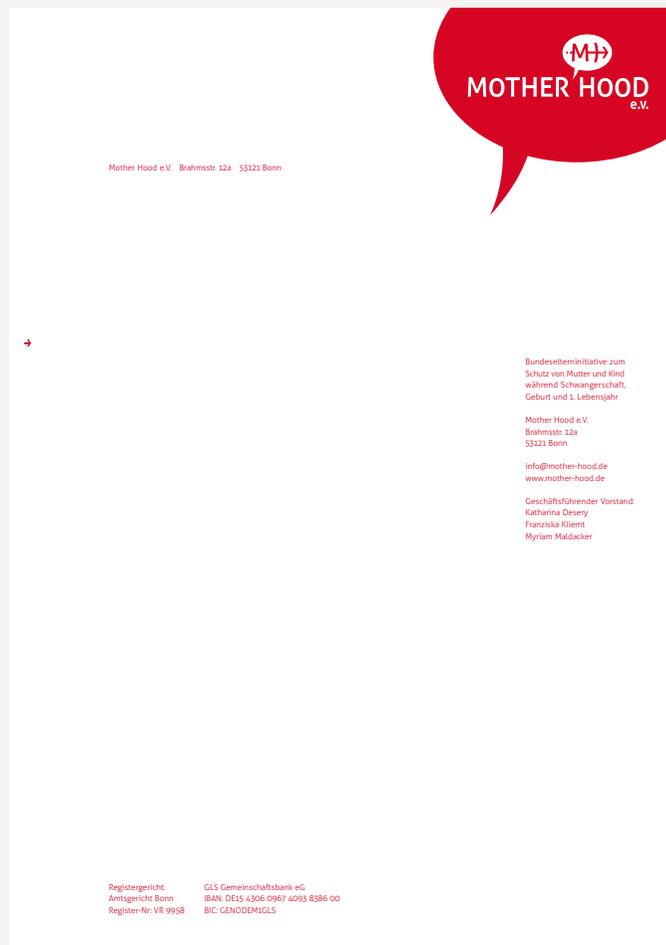
# MAMA FRAU BLOG





# MOTHER HOOD

e.V.



## MOTHER HOOD E.V.

Corporate Design für die Bundeselterninitiative zum Schutz von Mutter und Kind während Schwangerschaft, Geburt und 1. Lebensjahr.

Dieses Projekt betreue ich seit 2015 ehrenamtlich in Zusammenarbeit mit der Illustratorin Martina Büger.

Logo, Briefbogen mit Erst- und Zweitblatt, Visitenkarte.



Buttons, Plakat und Flyer „Geburtsorte“.

**MOTHER HOOD e.V.**

Ein Kind zu bekommen gehört für viele Eltern zur schönsten Erfahrung im Leben.

Doch die Bedingungen rund um Schwangerschaft und Geburt verschlechtern sich zunehmend.

Kreislaufschießungen, Personalmangel in Kliniken und große Lücken in der Hebammenversorgung gefährden die Gesundheit von Müttern und Neugeborenen.

Eltern wollen diese Entwicklung nicht hinnehmen und haben im März 2015 Mother Hood e.V. gegründet. Der Verein setzt sich für eine bessere Versorgung von Mutter und Kind während Schwangerschaft, Geburt und 1. Lebensjahr ein.

**Familien brauchen eine sichere Geburtshilfe!**

[www.mother-hood.de](http://www.mother-hood.de)

**MOTHER HOOD e.V.**

**„Wo soll mein Kind zur Welt kommen?“**  
Geburtsorte – ein Überblick

**Herzlichen Glückwunsch, Sie bekommen ein Baby!**

Die Geburt Ihres Kindes soll einer der schönsten Momente Ihres Lebens werden. Und eine der wichtigsten Fragen dabei ist:

**Wo soll Ihr Kind zur Welt kommen?**

Wo fühlen Sie sich am wohlsten und am besten betreut? Geduld, Ruhe und die Anwesenheit von vertrauten Personen, z.B. Ihrer Hebamme, sind förderlich für die sichere Geburt Ihres Babys.

Stress oder eine unzureichende Betreuung können sich dagegen ungünstig auf den Geburtsverlauf auswirken.

Wenn Mutter und Kind gesund sind, kommt neben der Klinik auch ein Geburtshaus oder das eigene Zuhause als Geburtsort in Frage – auch bei der ersten Geburt. Dieser Flyer verschafft Ihnen einen Überblick und möchte dabei helfen, den für Sie passenden Ort zu finden.

**Herzlichen Glückwunsch, Sie bekommen ein Baby!**

Die Geburt Ihres Kindes soll einer der schönsten Momente Ihres Lebens werden. Und eine der wichtigsten Fragen dabei ist:

**Wo soll Ihr Kind zur Welt kommen?**

Wo fühlen Sie sich am wohlsten und am besten betreut? Geduld, Ruhe und die Anwesenheit von vertrauten Personen, z.B. Ihrer Hebamme, sind förderlich für die sichere Geburt Ihres Babys.

Stress oder eine unzureichende Betreuung können sich dagegen ungünstig auf den Geburtsverlauf auswirken.

Wenn Mutter und Kind gesund sind, kommt neben der Klinik auch ein Geburtshaus oder das eigene Zuhause als Geburtsort in Frage – auch bei der ersten Geburt. Dieser Flyer verschafft Ihnen einen Überblick und möchte dabei helfen, den für Sie passenden Ort zu finden.

**Geburt in einem Geburtshaus**

- Die Familie geht ins Geburtshaus, sobald die Geburt losgeht. Geburtshäuser werden von Hebammen geleitet, die häufig im Team arbeiten. Die Frau kennt die Hebammen bereits aus der Schwangerschaftsvorsorge.
- Keine Maßnahmen wie PDA, Dauer-CTG oder Wehentropf. Die Hebamme hat das Wohlergehen des Babys stets im Blick, u.a. durch das regelmäßige Abhören der Herzzone.
- Geburtshäuser verfügen meist über Gebärmatten, -hocker und andere hilfreiche Ausstattung. Aufrechte Geburtspositionen beugen Geburtsverletzungen vor.
- Durch die lückenlose 1:1-Betreuung erkennt die Hebamme frühzeitig, wenn ärztliche Unterstützung nötig wird. Manche Geburtshäuser arbeiten für diesen Fall mit bestimmten Kliniken zusammen, sodass eine Verlegung schnell und sicher passieren kann.

• Nach der Geburt des Babys führt die Hebamme die Erstuntersuchung U1 des Neugeborenen durch, dann kann die Familie nach Hause gehen.

**Geburt in einer Klinik**

- Die Geburt wird durch Hebammen betreut, Frauenärztinnen kommen meist nur in der letzten Phase der Geburt dazu.
- Hebammen arbeiten im Schichtdienst und wechseln daher während der Geburt. Wenn viele Geburten gleichzeitig stattfinden, müssen sich mehrere Frauen eine Hebamme teilen.
- In manche Kliniken kann die Frau ihre eigene Beleghebamme mitbringen.
- Unter bestimmten Umständen (z.B. Erkrankungen von Mutter oder Kind) sollte eine spezialisierte Klinik ausgesucht werden (Perinatalzentrum) – Kinderärztinnen sind nicht in allen Kliniken dauerhaft anwesend.
- Eine PDA (Periduralanästhesie) kann zur Schmerzlinderung eingesetzt werden, aber auch die Bewegungsfreiheit einschränken oder zu einem Geburtsstillstand führen.
- Das medizinisch geprägte Umfeld und Routinemaßnahmen, wie z.B. ein Dauer-CTG, wirken auf manche Frauen beruhigend. Bei anderen lösen sie Stress aus, der sich auch auf das Baby überträgt.
- In manchen Kreißsälen gibt es Gebärmatten oder -hocker, die verschiedene Geburtspositionen ermöglichen.
- Ambulante Geburt (nach der Geburt direkt nach Hause) oder stationärer Aufenthalt (ein oder mehrere Tage) sind möglich.

**Hausgeburt im vertrauten Umfeld**

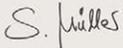
- Die werdende Mutter ruft ihre Hebamme zu sich nach Hause, sobald die Geburt losgeht. Manche Hebammen arbeiten im Zweier-Team. Das eigene Zuhause und die vertrauten Personen können positiv auf den Geburtsverlauf wirken.
- Keine Maßnahmen wie PDA, Dauer-CTG oder Wehentropf. Die Hebamme hat das Wohlergehen des Babys stets im Blick, u.a. durch das regelmäßige Abhören der Herzzone.
- Die Frau kann selbst über ihre Geburtsposition bestimmen. Aufrechte Positionen beugen Geburtsverletzungen vor.
- Durch die lückenlose 1:1-Betreuung erkennt die Hebamme frühzeitig, wenn ärztliche Unterstützung nötig wird. Hausgeburtshäuser haben medizinisches Equipment dabei und sind für selten vorkommende akute Notfälle geschult.
- Nach der Geburt führt die Hebamme die Erstuntersuchung U1 des Neugeborenen durch.

## Hinter Die.Müller.schafft steht Silke Müller.

Insgesamt verfüge ich über fünfzehn Jahre Medien-Erfahrung, unter anderem als Texterin, Online-Redakteurin, SEO-Texterin und PR-Beraterin. Zu meinen Kunden zähle ich vor allem kleine und mittlere mittelständische Unternehmen aus Handwerk, Dienstleistung, Gesundheit, IT und Coaching.

Ich helfe Ihnen bei der Entwicklung von Kommunikationskonzepten, identifiziere für Sie Werbethemen, schreibe Texte, übernehme Social-Media-Aufgaben und bin Ihr Sparringspartner bei der Ideenfindung. Auch und insbesondere, wenn es um sensible Kontexte wie schwer erklärbare oder tabuisierte Themen geht. Dabei lege ich großen Wert auf Transparenz und Authentizität.

Herzlich,



Ihre Mittelstands-Texterin

## Kommen Sie doch einfach in Kontakt mit mir!

Es ist gar nicht schwer, gute Konzepte und Texte zu bekommen. Vereinbaren Sie ein kostenloses Kennenlerngespräch – für erste Impulse oder mit Blick auf ein konkretes Projekt.

Silke Müller | Die.Müller.schafft  
Ihre Mittelstands-Texterin  
Alt-Wittenau 22, 13437 Berlin  
Tel.: 0151 614 83 921  
E-Mail: muellerschafft@posteo.de

Mehr über mich?  
diemuellerschafft.de

Design: www.silkeschafft.de  
Fotos: Martin Beckes, Jürgen Hübner, UtopiaLab, Olaf Daloz, UtopiaLab

## So bringen Sie Ihr Marketing zum Laufen

9 Tipps für kleine und mittlere mittelständische Unternehmen für 2018



Ein kleiner, aber feiner Ratgeber von Die.Müller.schafft

## Ihr Erstkunden-Gutschein

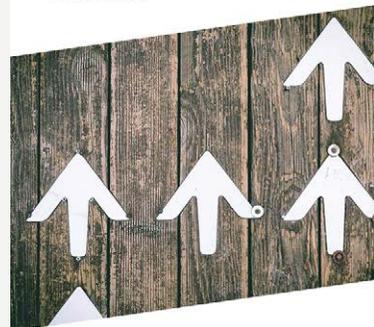
Bei einer Auftragsbestätigung bis zum **30. April 2017** erlasse ich meinen neuen Kund\*innen bei Vorlage dieses Gutscheins die Kosten für eine Arbeitsstunde im **Gesamtwert von 85 €** (lt. §19 UStG umsatzsteuerfrei).



...ng-Ideen: Eine ...ie da speziell, wo sich ...ige Menschen aufhalten. Beim Gehen kommen einfach die besten Einfälle. Anschließend suchen Sie sich „Ihre“ Parkbank, wo Sie die Idee weiterspinnen können.

### #5 Vergleichen Sie sich!

Vergleichen Sie in gewissen Abständen Ihre Webseite mit denen Ihrer Wettbewerber: Haben diese einen neuen Internetauftritt? Was sieht daran anders aus als an Ihrem? Wo steht er bei Google & Co.? Man muss nicht jeden Trend in Sachen Außenwirkung sofort mitmachen. Aber lassen Sie sich auch nicht abhängen – damit Ihre Internet-Visitenkarte nicht alt aussieht.



### #1 Planung!

Januar etwas Zeit, um Ziele für das Jahr zu setzen. Klare Ziele und Nerven. Klingt kreativ als mitten

### #2 Dank!

...ng-Ideen: Eine ...ie da speziell, wo sich ...ige Menschen aufhalten. Beim Gehen kommen einfach die besten Einfälle. Anschließend suchen Sie sich „Ihre“ Parkbank, wo Sie die Idee weiterspinnen können.

### #3 Schreiben Sie Freunden!

Nutzen Sie die sozialen Netzwerke idealerweise regelmäßig, um einen Effekt zu erzielen. Nichts wirkt auf Facebook-Freunde & Co. langweiliger als eine Seite, auf der keine Bewegung ist. Doch mal eine Pause? Nicht schlimm – kündigen Sie diese aber an – oder erklären Sie hinterher kurz die Gründe. Das machen wir bei „echten“ Freunden ja auch.

### #4 Schreiben Sie nicht „einzigartig“!

Das Wort „einzigartig“ erlebt in der Werbung eine inflationäre Verwendung, ob Service, Aussicht, Farbauswahl – aber irgendwann wird's unglaubwürdig, wenn alle einzigartig sind. Finden Sie lieber ein Wort, das Sie treffender beschreibt: etwa ein zuvorkommender Service, eine romantische Aussicht mit Sonnenaufgang oder eine extravagante Farbpalette.

### #6 Erfolgreich durch Bloggen

Ein gut geplanter Blog bietet ungeahnte Möglichkeiten, sich für die Zielgruppe interessant zu machen! Der Tischler bloggt über seine angeleiteten Do-it-Yourself-Kurse und Materialkunde, die Gesundheitsberaterin erklärt, was es mit der neuen Studie auf sich hat. Themen können Sie aus Ihrem Alltag aufgreifen – oder zusammen mit einem Sparringspartner wie Die.Müller.schafft entwickeln. Alternativ kann man versuchen, Blogger als Partner zu gewinnen.

### #7 Sprechen Sie „SEO“?

Die Suchmaschinenoptimierung bleibt auch 2018 wichtig. Um bei Google & Co. zu punkten, braucht es Texte, die Google sagen, dass es bei Ihnen etwas Spannendes zum Thema zu lesen gibt. Sie haben kein SEO? Dann lassen Sie Ihre Texte nach gründlicher Keyword-Analyse neu schreiben.

## SILKE MÜLLER DIEMÜLLERSCHAFFT

Flyer für eine Berliner  
Texterin.

### #8 Alles nur noch online?

Klassische Medien funktionieren nicht mehr? Quatsch! Hochwertige Broschüren reizen immer noch zum Durchblättern, wenn Sie Ihre Zielgruppe exakt ansprechen. Print ist oft eine perfekte Ergänzung zu Online-Medien.

### #9 Delegieren Sie die Werbung!

Liegen Ihre Qualifikationen nicht auf der Tastatur? Fehlen die Ideen? Dann delegieren Sie die Konzeptarbeit oder das Schreiben, bevor Sie sich weiter quälen! Für umfassende Ansprüche gibt es Kommunikationsagenturen. Wer es kleiner braucht oder persönlicher mag, kann z.B. freiberufliche Designer, Texter, Social-Media-Manager oder PR-Berater engagieren, die passende Lösungen für Sie entwickeln und auch mal auf Zuruf arbeiten.



DAGMAR NEFFGEN

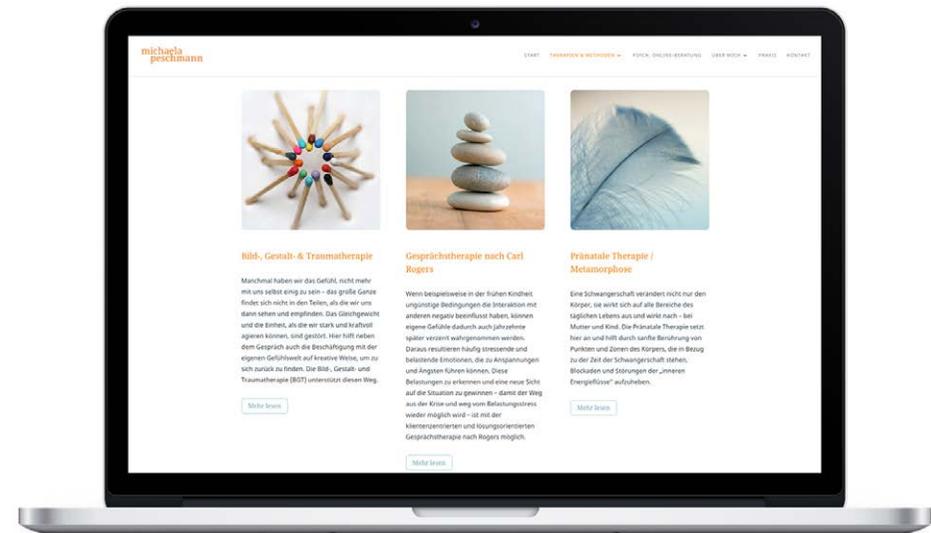
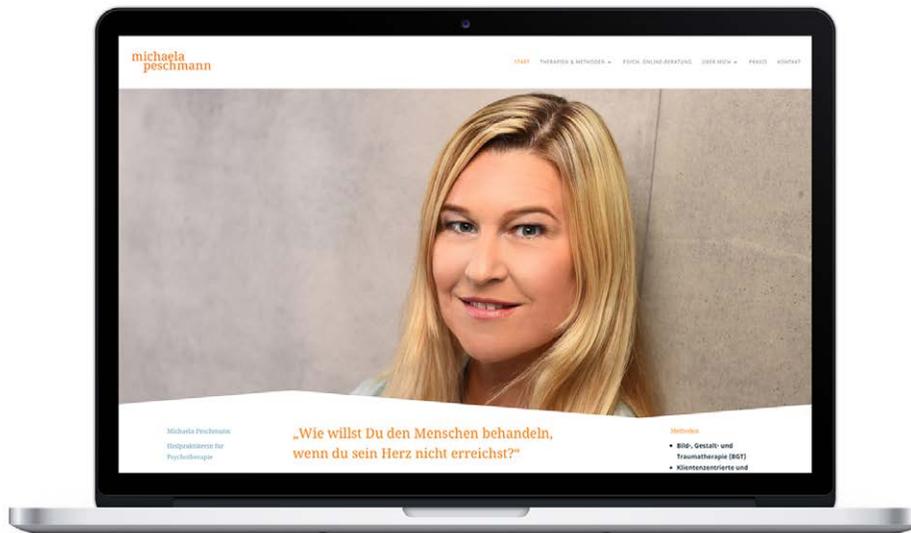
Website-Redesign  
für eine Heilpraktikerin –  
lebendig und warm.



# michaela peschmann

MICHAELA PESCHMANN  
– HEILPRAKTIKERIN  
FÜR PSYCHOTHERAPIE

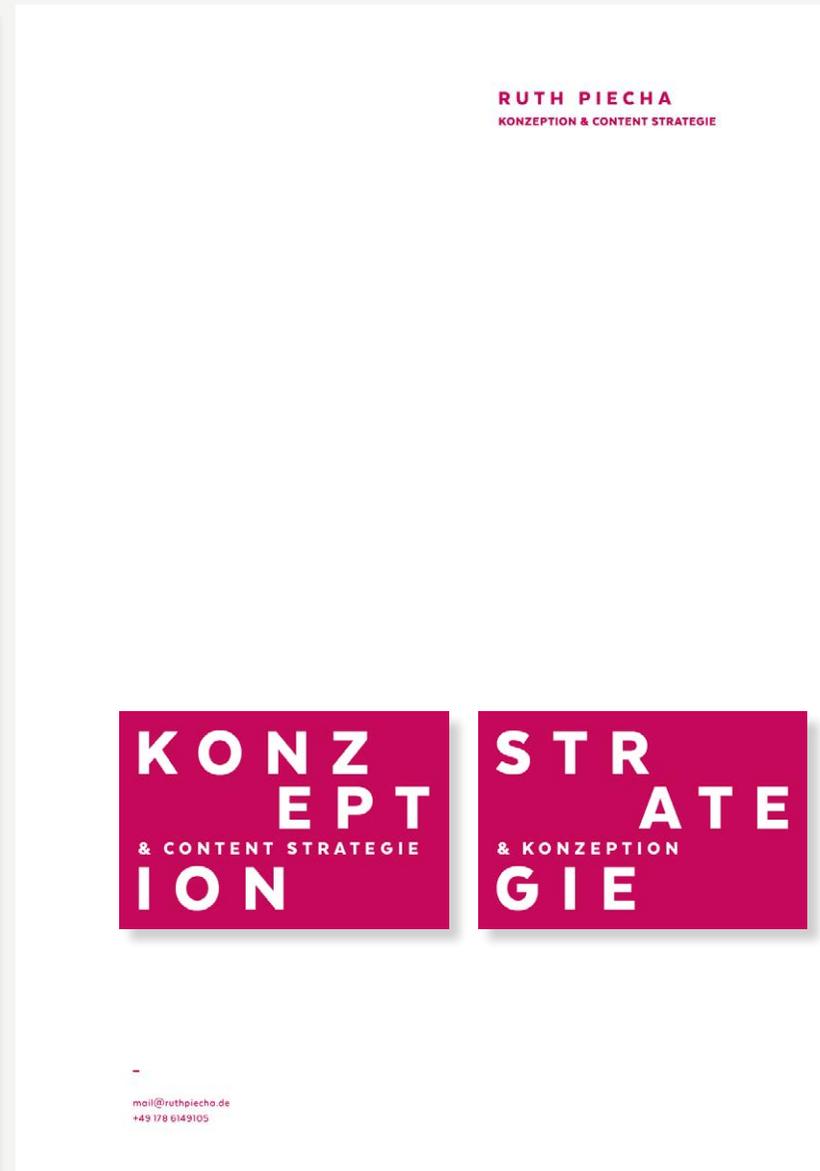
Logo und responsive Website.



## RUTH PIECHA

Geschäftsausstattung.

Briefbogen mit Erst- und Zweitblatt und Visitenkarten mit mehreren Rückseiten.





## Kindlicher Umgang mit digitalen Medien: ein lösungsorientierter Ansatz

### Warum will ich, was ich will?

Hinter jedem Wunsch steckt ein Bedürfnis. Bedürfnisse zu erkennen und zu erfüllen, ist für die gesunde Entwicklung eines Menschen und für die Entfaltung seiner Persönlichkeit notwendig. **Die Erfüllung von Bedürfnissen ist die Triebfeder menschlicher Entwicklung.** Um sich weiterentwickeln zu können, sollten die grundlegenden Bedürfnisse weitestgehend erfüllt sein.

### Welche Bedürfnisse gibt es?



#### Sinnfindung:

Spiritualität, Ästhetik, Kultur

#### Persönliche Weiterentwicklung:

Zunahme von Verantwortung, Potenzial ausschöpfen

#### Eigenwert:

Autonomie, Selbstachtung

#### Prestige/Status:

Anerkennung durch andere

#### Zugehörigkeit:

sozialer Kontakt, akzeptiert sein

#### Sicherheit:

Geborgenheit, Struktur

#### Physische Grundbedürfnisse:

Essen, Trinken, Schlafen

Die Abfolge der Bedürfnisse, wie in der Pyramide dargestellt, wird nicht Stufe für Stufe wie eine Treppe erklommen. Es existieren immer mehrere Bedürfnisse nebeneinander. Das Bedürfnis, das gerade am dringendsten ist, verlangt zuerst Aufmerksamkeit – solange, bis es weitestgehend erfüllt ist. Sind grundlegende Bedürfnisse überwiegend erfüllt, hat ein Mensch das Bedürfnis nach persönlicher Entwicklung und wendet sich den höheren Bedürfnissen zu.

Kinder zeigen unerfüllte Bedürfnisse sehr deutlich und fordern deren Erfüllung ein. Je älter Kinder werden, desto selbstständiger werden sie in ihrer Bedürfniserfüllung.

Da sich meine Kinder zeitweise intensiv mit ihren Tablets beschäftigen, kam mir der Gedanke, **class sie auf diese Art ihre Bedürfnisse erfüllen.** Sie nutzen ihre Tablets auf unterschiedliche Weise – spielen, schauen YouTube oder erstellen und bearbeiten eigene Filme.

Im Folgenden habe ich die Verwendungsmöglichkeiten eines Tablets zusammengestellt und meine Ideen festgehalten, welches Bedürfnis durch die jeweilige Anwendung erfüllt werden kann.

### Einschätzung des Umgangs mit digitalen Medien

Durch diese Auseinandersetzung mit dem Medienkonsum meiner Kinder ist es mir möglich einzuschätzen, ob ein bestimmtes Bedürfnis unzureichend auf andere Art und Weise erfüllt wird. Anstatt die Mediennutzung zu begrenzen, kann ich diese Möglichkeit der Bedürfniserfüllung durch zusätzliche Angebote ergänzen.

Eine Gefährdung liegt nämlich dann vor, wenn Bedürfnisse nur einseitig erfüllt werden können. Alternativen für die Erfüllung von Bedürfnissen kennen zu lernen, ist eine Möglichkeit, dieser Gefährdung vorzubeugen.

**Eltern und Kindern tut es gut**, verschiedene attraktive Möglichkeiten der Erfüllung von Bedürfnissen zu kennen. Im lösungsorientierten Denken heißt es also nicht: Wieviel Mediennutzung ist ok? Sondern: Wie bereichere ich mein Leben?

Diese Denkweise bietet uns ganz andere Möglichkeiten. Versuche beispielsweise, nicht an einen rosa Elefanten zu denken. Woran denkst du? An einen rosa Elefanten! Wer Probleme lösen möchte, muss also nach Lösungen suchen. Am Ende des Arbeitsblattes habe ich einige Fragen aufgelistet, um erste Impulse für ein lösungsorientiertes Denken zu geben.

### Anwendungsmöglichkeiten digitaler Medien

- Spielen
- Filme ansehen
- Fotos und Filme aufnehmen und bearbeiten
- Austausch und Kontakt mit Freunden
- Erstellen von Dokumenten
- Recherche

**Das Spiel hat eine sehr komplexe Bedeutung für die menschliche Entwicklung. Kinder wenden sich im Spiel gezielt den Themen zu, die sie aktuell beschäftigen. Spielerisch lernen Kinder, die Welt zu begreifen und entwickeln ihre Fähigkeiten. Spiel ist viel mehr als müßiger Zeitvertreib. Es laufen Lernprozesse ab, die von außen nicht wahrnehmbar sind.**

## REZEPTAPP

Flyer und Visitenkarten für ein Start-Up, das eine App (für Apotheken und Sanitätshäuser) entwickelt hat; da liegt die Form der Karten nahe.



**+ REZEPTAPP UG (HAFTUNGSBESCHRÄNKT)**

Sternbusch 4b  
48153 Münster  
Tel. +49 (0) 251 39 50 36 79  
Mobil +49 (0) 15 42 31 59 19  
info@rezeptapp.de  
www.rezeptapp.de

**+ CHRISTOPHER KLUMP  
GESCHÄFTSFÜHRER**

RezeptApp UG (haftungsbeschränkt)  
Sternbusch 4b - 48153 Münster  
Tel. +49 (0) 251 39 50 36 79  
Mobil +49 (0) 15 42 31 59 19  
klump@rezeptapp.de  
www.rezeptapp.de

**+ ARIANE POST  
MARKETING MANAGER**

RezeptApp UG (haftungsbeschränkt)  
Sternbusch 4b - 48153 Münster  
Mobil +49 (0) 176 58 87 00 36  
post@rezeptapp.de  
www.rezeptapp.de

### SAFE. SIMPLE. REZEPTAPP.

Mit der Datenschutzgrundverordnung stehen Sie vor der Herausforderung, Ihre digitale Kundenkommunikation sicher zu gestalten – insbesondere angesichts **sensibler Gesundheitsdaten**. Dafür haben wir eine einfache, schnelle und vor allem **sichere Lösung** entwickelt:

Denn die RezeptApp schützt Sie und Ihre Kunden datenschutzkonform vor möglichem Missbrauch der Rezepte. Die einzigartige Kombination aus mobilem Dienst und 256-Bit-Verschlüsselung stellt sicher, dass der komplette Datenfluss in Ihrer Hand bleibt. Nur mit einem entsprechenden Passwort erhalten Berechtigte Zugang zu den sensiblen Daten.

#### ZEIGEN SIE IHR VERANTWORTUNGSBEWUSSTSEIN

... und nutzen Sie innovative Technologie – mit einer App, die exakt auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt ist. Schreiben Sie uns oder rufen Sie einfach an. Wir beraten Sie gerne und unverbindlich.

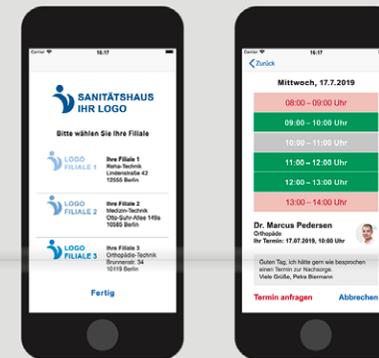
#### MERKMALE IM ÜBERBLICK:

##### REZEPTAPP EASY:

- für eine Filiale
- ein Rezeptfoto
- Kommentar-Funktion
- Individualisierung für Logo / Impressum / DSGVO

##### REZEPTAPP PRO:

- für mehrere Filialen möglich
- bis zu vier Rezeptfotos
- Kommentar-Funktion
- Individualisierung für Logo / Impressum / DSGVO
- Design individuell gestaltbar
- eigenes App-Icon
- eigener Store-Eintrag
- Lieferung- / Abholung-Auswahl
- Serviceanfrage
- Push-Nachrichten an App-Nutzer
- NEU! Terminfrage-Funktion



**+ REZEPTAPP UG (HAFTUNGSBESCHRÄNKT)**  
Sternbusch 4b - 48153 Münster - www.rezeptapp.de

**IHR ANSPRECHPARTNER:**  
CHRISTOPHER KLUMP, GRÜNDER & GESCHÄFTSFÜHRER  
Tel. +49 (0) 251 39 50 36 79 - klump@rezeptapp.de

**WIESO NICHT WHATSAPP?**  
WhatsApp ist nicht DSGVO-konform. RezeptApp schützt Sie und Ihre Kunden vor Datenmissbrauch.



**MIT REZEPTAPP ENDLICH SENSIBLE PATIENTENDATEN  
EINFACH UND DATENSCHUTZKONFORM SCHÜTZEN.**

**KLICKEN SIE JETZT REIN.  
AKTION.REZEPTAPP.DE**

# Maßgenau für Ihr Sanitätshaus: :)) RezeptApp

REZEPTE DATENSCHUTZKONFORM EMPFANGEN

### SAFE. SIMPLE. REZEPTAPP.

Mit der Datenschutzgrundverordnung stehen Sie vor der Herausforderung, Ihre digitale Kundenkommunikation sicher zu gestalten – insbesondere angesichts **sensibler Gesundheitsdaten**. Dafür haben wir eine einfache, schnelle und vor allem **sichere Lösung** entwickelt:

Denn die RezeptApp schützt Sie und Ihre Kunden datenschutzkonform vor möglichem Missbrauch der Rezepte. Die einzigartige Kombination aus mobilem Dienst und 256-Bit-Verschlüsselung stellt sicher, dass der komplette Datenfluss in Ihrer Hand bleibt. Nur mit einem entsprechenden Passwort erhalten Berechtigte Zugang zu den sensiblen Daten.

#### ZEIGEN SIE IHR VERANTWORTUNGSBEWUSSTSEIN

... und nutzen Sie innovative Technologie – mit einer App, die exakt auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt ist. Schreiben Sie uns oder rufen Sie einfach an.

#### MERKMALE IM ÜBERBLICK:

##### REZEPTAPP EASY:

- für eine Filiale
- ein Rezeptfoto
- Kommentar-Funktion
- Individualisierung für Logo / Impressum / DSGVO

##### REZEPTAPP PRO:

- für mehrere Filialen möglich
- bis zu vier Rezeptfotos
- Kommentar-Funktion
- Individualisierung für Logo / Impressum / DSGVO
- Design individuell gestaltbar
- eigenes App-Icon
- eigener Store-Eintrag
- Lieferung- / Abholung-Auswahl
- Serviceanfrage
- Push-Nachrichten an App-Nutzer
- NEU! Terminfrage-Funktion

#### + DAS BESTE DARAN:

Den Einstieg in die RezeptApp bietet die günstige **EASY-Version** für einzelne Sanitätshäuser. Bei Sanitätshäusern mit mehr als einer Filiale vereint die übersichtliche Struktur der **REZEPTAPP PRO** alle Standorte in einem System. Gerne entwickeln wir für Sie Ihre maßgeschneiderte RezeptApp – exakt nach Ihren Anforderungen.

#### + WEITERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

##### MEHR SICHERHEIT:

Alle Rezepte werden datenschutzkonform an Ihr Postfach übertragen.

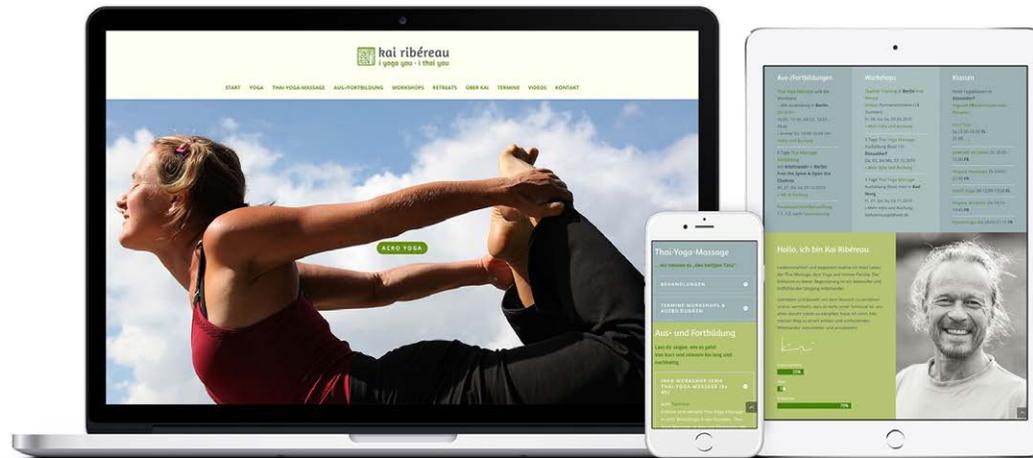
##### MEHR INDIVIDUALITÄT:

Viele Gestaltungsmöglichkeiten, wie Ihr Logo als App-Icon und eigene App- und Play Store-Einträge, machen Ihre RezeptApp einzigartig.



KAI RIBÉREAU  
I YOGA YOU · I THAI YOU

Logo und responsive Website  
für einen Lehrer / Ausbilder  
für Yoga und Thai-Massage.



kai ribéreau  
i yoga you · i thai you



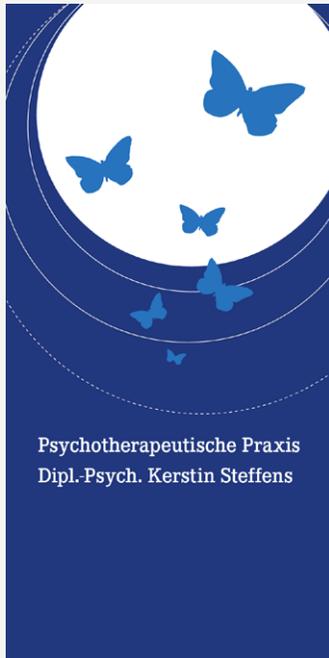


PRIVATBRAUEREI  
A. ROLINCK

Marke: Alex Rolinck.

Namensfindung und Design-  
Entwicklung für ein Lagerbier.





Psychotherapeutische Praxis  
Dipl.-Psych. Kerstin Steffens



### Herzlich willkommen!

Wenn Menschen bei der Bewältigung von schwierigen Lebensphasen, inneren Krisen oder psychischen Erkrankungen nicht mehr alleine zurecht kommen, kann professionelle Unterstützung durch eine Psychotherapie hilfreich und oft auch notwendig sein.

Mein Therapieangebot umfasst u.a. folgende Bereiche:

- Ängste, Phobien, Panikattacken, Krankheitsängste, soziale Ängste/Unsicherheit und generalisierte Angststörungen
- depressive Erkrankungen und Anpassungsschwierigkeiten nach belastenden Lebensereignissen (schwere Erkrankung, Trennung, Tod eines geliebten Menschen, Verlust des Arbeitsplatzes etc.)
- Trauerbegleitung
- stressbedingte Erkrankungen, Burn-Out, Schlafstörungen, Tinnitus, psychosomatische Beschwerden wie Bluthochdruck, chronische Schmerzen
- Reaktionen auf schwere Belastungen oder Traumata
- Zwangsstörungen und zwanghaftes Handeln und Herten (sog. Messie-Syndrom)
- Impulskontrollstörungen (z.B. Trichotilomanie, Kaufsucht, Spielsucht)
- Essstörungen (z.B. Bulimie, Adipositas)



### Qualifikation

- Hauptfächern des universitären Studiengangs Psychologie
- Weiterbildung und Approbation zur Psychologischen Psychotherapeutin für Verhaltenstherapie
- Arztregistervereinbarung bei der Kassenzärztlichen Vereinigung Westfalen-Lippe
- seit 2004 in eigener Privatpraxis in Münster tätig
- 2007-2008 zusätzliche Ausbildung in Focusing bei der DAF (Deutsches Ausbildungsinstitut für Focusing und Focusing-Therapie)
- seit 2009 Ausbildung in EMDR (EMDR-Institut Deutschland, Arne Hofmann, Köln)

Ich Sorge für eine fortlaufende Qualitätssicherung meiner Arbeit durch regelmäßige Teilnahme an Kongressen, Tagungen, Fortbildungen und Supervision.

### Geprägt wurde ich bisher durch ...

- meine langjährige ehrenamtliche Tätigkeit in der Aids-Hilfe Münster und durch die Hierbei im Zentrum stehende Auseinandersetzung mit den Themen Krankheit, Sterben, Tod und Trauer
- meine Liebe zum Reisen und viele längere Auslandsaufenthalte in verschiedenen Ländern und Kulturen
- mein Interesse an Entspannungsverfahren und Meditation

Hieraus ergibt sich eine Einstellung zur Arbeit mit Menschen, die durch Offenheit und Wertschätzung gegenüber anderen Kulturen und Lebensentwürfen gekennzeichnet ist und die mit Interesse und Respekt für Menschen und ihre Geschichte verbunden ist.



### Mein Fachgebiet: Zwangsstörungen

Auf die Behandlung von Zwängen habe ich mich vor vielen Jahren spezialisiert, nachdem ich im Alexianer-Krankenhaus in Münster auf einer Spezialstation für Zwangserkrankte tätig war.

Zwangshandlungen äußern sich z.B. in exzessivem Händewaschen, dem Kontrollieren von Türen und Elektrogeräten, dem Ordnen, Sortieren oder auch Zählen. Zwangsgedanken sind immer wiederkehrend, als quälend empfundene Vorstellungen und Impulse, die sich oft auf aggressive, religiöse oder sexuelle Inhalte beziehen. Sie lösen Angst, Schuldgefühle, Zweifel und Unsicherheit aus.

Weil sie sich schlimmer finden, finden Betroffene oft erst nach vielen Jahren den Weg in die Therapie. Dabei lassen sich Zwangsstörungen mittlerweile gut behandeln. Verhaltenstherapeutische Studien belegen bei ca. 75 % der Klienten deutliche Erfolge nach einer Behandlung.

Die Behandlung von Zwängen  
Nach einer eingehenden Diagnostik mit sehr genauer Analyse der Zwänge sowie ihrer Ursachen erfolgt die eigentliche Behandlungsphase. Hier hat sich die verhaltenstherapeutische Expositionsbehandlung als sehr effektiv erwiesen.



### Psychotherapie, Verhaltenstherapie – was ist das eigentlich?

Psychotherapie stellt für mich eine Unterstützung zur persönlichen Weiterentwicklung dar, bei der es darum geht, sich mit dem, was den Einzelnen ausmacht, liebevoll auseinanderzusetzen und den Mut zu finden, alte Muster loszulassen und neue Wege zu beschreiten.

Die Verhaltenstherapie ist eine anerkannte Methode der Psychotherapie. Sie zielt hauptsächlich auf die Veränderung gegenwärtigen Verhaltens ab und geht davon aus, dass Verhaltensweisen und bestimmte Gedankenmuster im Laufe des Lebens erlernt wurden – und damit auch wieder verlernt sind.

In der Therapie soll der Betroffene zunächst die Bedingungen für Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen, die sich negativ auf sein Wohlbefinden auswirken, genauer verstehen und später auch verändern lernen. Ziel ist es, Hilfe zur Selbsthilfe zu leisten und den Betroffenen dabei zu unterstützen, dass er Experte für seine eigene Erkrankung wird und seinen Lebensalltag wieder besser bewältigen kann.

Transparenz und die aktive Beteiligung des Klienten sind wesentliche Wirkfaktoren der Verhaltenstherapie. Die ther-



apeutische Behandlung wird individuell nach den Bedürfnissen des Klienten und seinem jeweiligen Anliegen bzw. den Beschwerden ausgerichtet.

### Therapeutische Methoden neben der klassischen Verhaltenstherapie

EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing, Desensibilisierung und Neuverarbeitelung mithilfe von Augenbewegungen) stammt aus der Traumatherapie und hilft, traumatische Erinnerungen, Bilder und aufdringliche Gedanken zu verarbeiten. Viele Klienten können sich durch EMDR sonst nur schwer zugänglichsten Erlebnissen zuwenden. EMDR wird häufig bei posttraumatischen Belastungsstörungen eingesetzt, aber auch bei Zwängen, Ängsten und Depressionen. Durch EMDR kommt es zu einer Verarbeitung der belastenden Vorstellungen im Gehirn. Die empfundene Belastung oder Angst wird immer mehr abgeschwächt und verschwindet allmählich.

Focusing nach E. Gendlin geht davon aus, dass wir eigentlich ganz genau wissen, was wir uns wünschen, was wir wollen,



und was uns belastet. Wir haben nur verlernt, dieser inneren Stimme, die sich in unseren Körpergefühlen und Empfindungen ausdrückt, zuzuhören. Die Technik des Focusing lehrt uns, diesen Signalen wieder zu lauschen, ihnen unsere Aufmerksamkeit zu schenken. Focusing ist eine Methode, die Denken und Fühlen systematisch in Beziehung bringt. Es beschreibt den Kernprozess persönlicher Veränderung.

Achtsamkeit meint das bewusste Wahrnehmen eines Augenblicks und das Entwickeln einer inneren Haltung, jeden Augenblick so anzunehmen, wie er ist. Der buddhistische Standpunkt betont die Unbeständigkeit und Vergänglichkeit der Dinge. Die Vergangenheit ist vorbei, und die Zukunft noch nicht geschehen, also arbeiten wir mit dem, was da ist: der augenblicklichen Situation. Das Gewahrwerden des Hier und Jetzt heißt, sich Ereignissen, Emotionen oder anderen Reaktionen zuzuwenden, ohne ihnen auszuweichen, wenn sie schmerzhaft sind, und ohne sie festhalten zu wollen, wenn sie angenehm sind.

Entspannungstechniken werden eingesetzt, um Stress- und Anspannungszustände zu reduzieren, die bei vielen psychischen Erkrankungen eine Rolle spielen: Ich habe viele Jahre Entspan-



nungskurse angeleitet (Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung nach Jacobson) und arbeite damit auch im eintherapeutischen Setting.

### Die Einleitung einer Psychotherapie

Möchten Sie eine Therapie beginnen, benötigen Sie keine Überweisung vom Arzt, sondern können sich direkt an einen Psychotherapeuten Ihrer Wahl wenden.

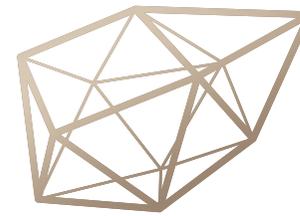
Die Kosten für die Psychotherapie werden von privaten Krankenkassen und der Beihilfe übernommen. Da ich im Rahmen einer Privatpraxis tätig bin, wird eine therapeutische Behandlung bei gesetzlich Versicherten von den Krankenkassen nicht bezahlt. Nur in Ausnahmefällen kommt es zu einer Übernahme oder Teilübernahme der Kosten durch die gesetzlichen Krankenkassen. Auf meiner Homepage finden Sie unter dem Link „Kosten“ weitere Informationen dazu. Selbstverständlich besteht auch die Möglichkeit, die Kosten selbst zu tragen.

Für weitere Fragen stehe ich Ihnen sehr gerne zur Verfügung.



KERSTIN STEFFENS  
– PRAXIS FÜR  
PSYCHOTHERAPIE

Corporate Design. Umsetzung  
auf Flyer, Flyer-Einleger und  
Visitenkarte.



# STEGEMANN ENTWICKLUNG

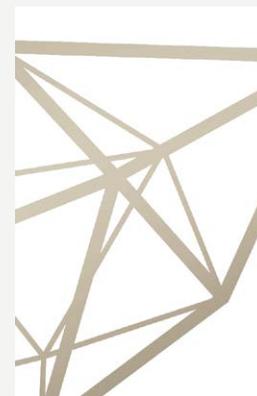
## STEGEMANN ENTWICKLUNG

Corporate Design für eine erfahrene Coach mit den Arbeitsgebieten Potenzial-Entfaltung, Führungskräfte, Teamentwicklung und Vertrieb.

Hochqualitative Prozessbegleitung mit ungewöhnlichen Sichtweisen, mit eigener Kontur und mit Blick für's Ganze.

Logo und Visitenkarten. Letztere in zwei hochwertigen Varianten (Sonderfarbe, teils Siebdruck) auf Naturfeinpapieren gedruckt.

Nächste Seite:  
Briefbogen.





STEGEMANN  
ENTWICKLUNG

Stegemann Entwicklung · Am Eschkamp 24 · 48157 Münster

---

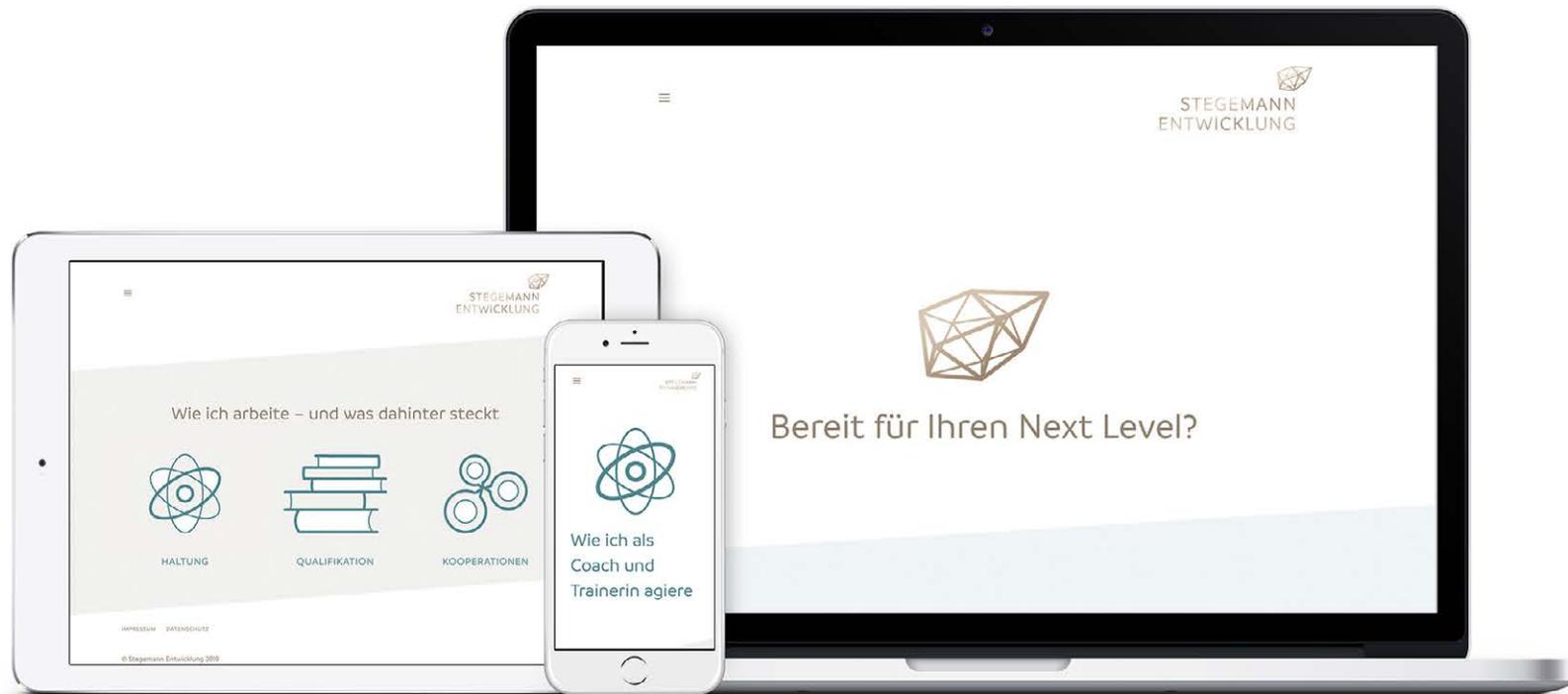
STEGEMANN ENTWICKLUNG  
HEIKE STEGEMANN

Am Eschkamp 24 · 48157 Münster  
T: +49 251 777 956 13 · M: +49 176 222 892 18  
hst@stegemann-entwicklung.de  
www.stegemann-entwicklung.de

USt-IdNr.: DE310923616  
Sparkasse Münsterland Ost  
IBAN DE58 4005 0150 0034 4349 85  
BIC: WELADED1MST



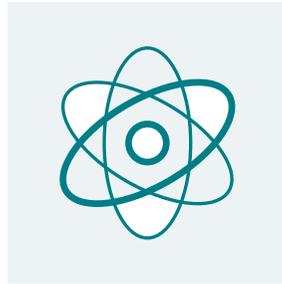
Responsive Website.



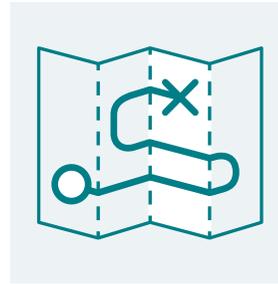
Icon-Set für die Website.



Führung



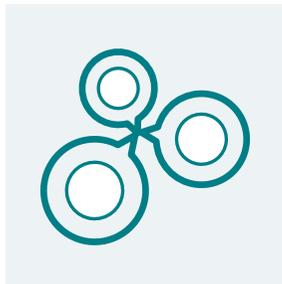
Haltung



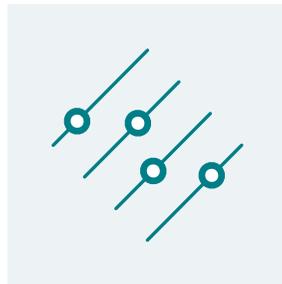
Karrierecoaching



Kontakt



Kooperationen



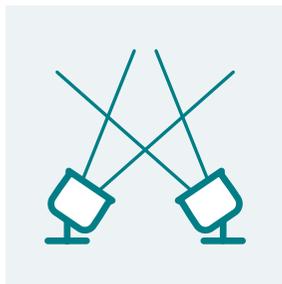
Personalstrategie



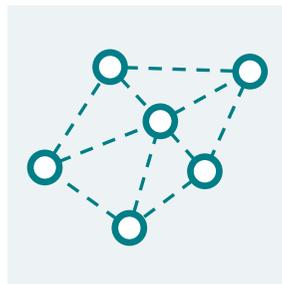
Qualifikation



Training



Veranstaltungen



Vertriebscoaching

## CARINE WEISS

DIPL. COACH / BERATERIN HEB  
LIFE COACH & MENTORIN



## CARINE WEISS

DIPL. COACH/  
BERATERIN HEB  
LIFE COACH &  
MENTORIN

coaching@carineweiss.ch  
www.carineweiss.ch

f CarineWeissCoaching  
Carine Weiss  
@ carine\_weiss



NICHT WEIL ES SCHWER IST, WAGEN WIR ES NICHT,  
SONDERN WEIL WIR ES NICHT WAGEN, IST ES SCHWER.  
LUCIUS ANNAEUS SENECA

EIN ZIEMLICH SICHERER WEG, NICHT DAS LEBEN DEINER TRÄUME  
ZU FÖRDERN, IST DER VERSUCH, ES ALLEN RECHT ZU MACHEN.

## CARINE WEISS

Corporate Designs auf  
diversen Printmedien.

Carine Weiss bietet eine  
spezielle Form des Coachings  
in der Schweiz an, off- und  
online.

Das Besondere: Multiple  
Rückseiten mit den Kern-  
und Affirmationssätzen der  
Coachingmethode.

In den Ziegelhöfen 71  
4054 Basel

coaching@carineweiss.ch  
www.carineweiss.ch

Konto: UBS  
CHO3 0027 3273 0981 6073 0

Briefbogen & Visitenkarte  
mit je 17 verschiedenen  
Rückseiten.

CARINE WEISS HEB COACHING WWW.CARINEWEISS.CH

ICH VERTRAUE  
MEINER INTUITION  
UND FOLGE  
MEINER  
INNEREN STIMME.

GELD UND WOHLSTAND KOMMEN  
AUF UNTERSCHIEDLICHEN WEGEN  
MIT LEICHTIGKEIT UND FREUDE  
IN MEIN LEBEN.

ALLES, WAS ICH BEGINNE,  
WIRD EIN ERFOLG. ICH  
ZIEHE WOHLSTAND UND  
GLÜCK AUF ALLE EBENEN  
IN MEINEM LEBEN.

ICH GEHE SANFT  
MIT MIR UM.

ICH KENNE  
UND EHRE  
MEINEN WERT.

ICH RESPEKTIERE MICH  
IN ALLEM, WAS ICH TUE.  
ICH LIEBE UND EHRE ALLES,  
WAS ICH ERSCHAFTE.

ALLES, WAS ICH  
WILLE, ERREICHE ICH  
MIT LEICHTIGKEIT.

ICH KONZENTRIERE  
MICH GEDANKLICH  
AUSSCHLIESSLICH  
AUF DIE DINGE,  
DIE ICH IN MEINEM  
LEBEN VERWIRKLICHT  
SEHEN MÖCHTE.

ICH SAGE „NEIN“  
ZU DINGEN,  
DIE MIR  
NICHT GUT TUN,  
OHNE MICH ZU  
RECHTFERTIGEN.

ICH WEISS,  
ICH KANN  
NICHT ALLES  
KONTROLLIEREN.  
ICH ENTSPANNE  
MICH UND  
VERTRAUE.

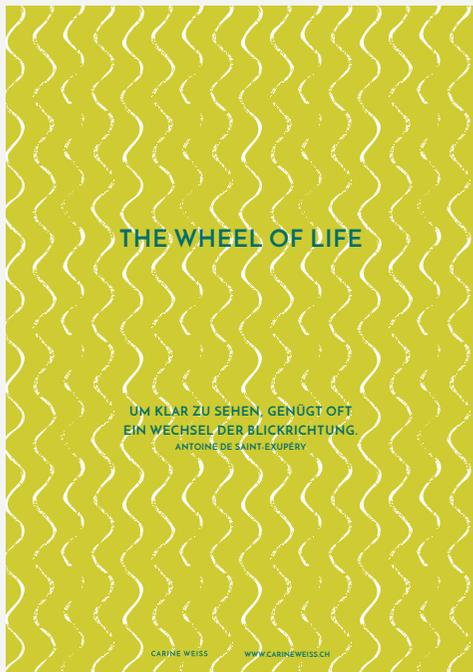
ICH VERTRAUE  
MEINER INNEREN  
FÜHRUNG UND  
INTUITION MEHR,  
ALS MICH AUF  
DIE MEINUNG  
DER ANDEREN  
ZU VERLASSEN.

ICH RICHTE  
MEINEN FOKUS  
DARAUF,  
WOHIN ICH  
GEHEN WILL,  
UND GEBE  
MEINEN ÄNGSTEN  
KEINEN RAUM.

ICH ATME TIEF DURCH  
UND SUCHE  
DIE INNERE STILLE  
UND LASSE  
MEINEN GEIST  
ZUR RUHE KOMMEN.

ICH LASSE MEINE  
GEFÜHLE ZU UND  
RESPEKTIERE MICH.

Klientenkarte mit 14  
verschiedenen Rückseiten.



**THE WHEEL OF LIFE:  
WO STEHST DU GERADE IN DEINEM LEBEN,  
UND WO BESTEHT HANDLUNGSBEDARF?**

Diese Übung ist genau richtig für Dich, wenn Du einen Blick auf Dein Leben aus der Vogelperspektive gewinnen möchtest. „The Wheel of Life“ hilft Dir zu beurteilen, welche Lebensbereiche wichtig für Dich sind und in welchen Bereichen Du wo stehst und investieren möchtest, um Dein Leben wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Diese Übung gibt Dir Klarheit darüber, wo Du im Moment stehst.

Schau Dir das Mindmap auf Seite 4 an.  
Nimm Dir 15 Minuten Zeit für diese Aufgabe.

1. Schreibe zu jedem Thema auf, ob Du zufrieden bist, ob Du etwas verbessern oder mehr tun möchtest. Schreibe alles auf, was Dir einfällt. Beginne immer mit den positiven Antworten. Die Fragen zu den jeweiligen Bereichen, die Du auf der nächsten Seite findest, helfen Dir, Dich besser zurecht zu finden.
2. Bewerte jeden Bereich auf einer Skala von 1 bis 10 (1: bin total unzufrieden bis 10: bin total zufrieden).
3. Verbinde die Punkte und betrachte das Bild. Was fällt Dir auf? Gibt es irgendwelche Überraschungen?
4. Punktzahl 8 bis 10: Glückwunsch! Du fühlst Dich sehr gut in diesem Lebensbereich.  
Punktzahl 5 bis 7: Du bist einigermaßen zufrieden – es gibt also auf jeden Fall Möglichkeiten, den Bereich zufriedener zu gestalten.  
Punktzahl 0 bis 4: Du scheinst in diesem Bereich nicht zufrieden zu sein. Du kannst daher sehr viel machen, um hier mehr Zufriedenheit zu erlangen. In diesem Bereich kannst Du am meisten wachsen!

CARINE WEISS WWW.CARINEWEISS.CH Seite 2

**... DANN IST HEB COACHING  
GENAU DAS RICHTIGE  
FÜR DICH!**



**CARINE WEISS**  
DIPLO. COACH/  
BERATERIN HEB  
LIFE COACH & MENTORIN

Basel  
coaching@carineweiss.ch  
www.carineweiss.ch

f CarineWeissCoaching  
i Carine Weiss  
@ carine\_weiss

HEB Coaching ist eine lösungsorientierte Kurztherapie. HEB steht für **Handeln, Erkennen und Beziehung** und hilft Dir, wieder **ins Handeln** zu kommen und selbstsicher die nächsten Schritte anzupacken.

Du gewinnst **Klarheit** über Dein Thema und **klärst Beziehungen**, sei es mit Dir selbst oder anderen Personen, die Dich am Weiterkommen hindern.

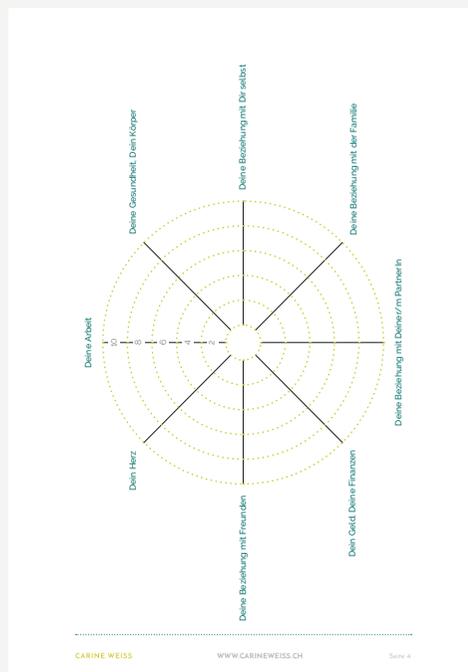
Melde Dich einfach für ein **unverbindliches Kennenlernen** über meine Homepage an.



**FÜHLST DU, DASS DEIN LEBEN,  
DEIN JOB ODER DEINE BEZIEHUNGEN  
DICH NICHT SO ERFÜLLEN,  
WIE DU ES DIR ERHOFFT HAST?**



**BIST DU IMMER WIEDER UNSICHER, WAS DU  
IN DEINEM LEBEN ERREICHEN MÖCHTEST?**




**TRÄUMST DU DAVON, DASS DU  
ETWAS NEUES ANPACKEN MÖCHTEST,  
WEISST ABER NICHT, WIE?**



**WÜNSCHT DU DIR MEHR KLARHEIT  
ÜBER DEINE JETZIGE SITUATION?**

Freebie  
zur Selbstbearbeitung,  
Auszug.

Visiten-Postkarte mit 4  
verschiedenen Rückseiten.

XEN

Anzeigenkampagne eines  
Schmucklabels für  
Publikums- und Fachtitel.

XEN

pure and full of spirit

Der Anfang ist  
die Inspiration.

Wenn Materialien sich  
ungewohnt begegnen,  
wenn sich Inspirationen  
zu Ideen entwickeln  
und aus klaren Formen  
faszinierendes Design wird,  
sind Sie angekommen ...  
in der Welt von XEN.



Typometris GmbH, München

www.xen.de  
Made in Germany

XEN

pure and full of spirit

Der Anfang ist  
die Inspiration.

Wenn Materialien sich  
ungewohnt begegnen,  
wenn sich Inspirationen  
zu Ideen entwickeln  
und aus klaren Formen  
faszinierendes Design wird,  
sind Sie angekommen ...  
in der Welt von XEN.



Typometris GmbH, München

www.xen.de  
Made in Germany

XEN

pure and full of spirit

Der Anfang ist  
die Inspiration.

Wenn Materialien sich  
ungewohnt begegnen,  
wenn sich Inspirationen  
zu Ideen entwickeln  
und aus klaren Formen  
faszinierendes Design wird,  
sind Sie angekommen ...  
in der Welt von XEN.



www.xen.de  
Made in Germany



**VIELEN DANK FÜR IHRE AUFMERKSAMKEIT!**