



[Facebook](#)

[Website](#)

Liebe

wir freuen uns riesig, euch heute den allerersten *Business Wunderweiber Newsletter* zu präsentieren! 🎉

Dieser Newsletter ist von Frauen für Frauen gemacht – voller Ideen, Angebote und Impulse, die uns alle voranbringen und uns stützen.

Viel Freude beim Lesen!

Wer oder was sind die Wunderweiber?

Über 141.000 Frauen haben sich in 47 Facebook-Gruppen den Wunderweibern angeschlossen.

Dieses einzigartige Frauennetzwerk bietet das, wonach viele suchen: Gegenseitige Unterstützung, Verständnis und gelebte Gemeinschaft unter Frauen. In einem geschützten Rahmen kann jede ihre Erfahrungen und Sorgen aus allen Lebensbereichen teilen, Hilfe erhalten, Freundschaften und Kooperationen finden sowie andere stärken, stützen.

Ein Funke, der zur Bewegung wurde

Durch **Sonja Weinländer-Roso** hat **2015** alles als kleiner Funke mit einer Mama-Kind-Gruppe in Graz begonnen. Mittlerweile hat sich daraus ein lodernes Feuer entwickelt, das heute von zigtausenden Frauen am Leben gehalten wird. Ohne Druck und mit ganz viel Herz, Wertschätzung und Mehrwert.

Frauenpower, die verbindet

Heute gibt es **47 Wunderweiber-Facebook-Gruppen** in Österreich, Deutschland, Schweiz, auf Mallorca und Rom. Neben den regionalen Facebook-Gruppen haben sich themenspezifische Gruppen entwickelt, etwa für Business, Immobilien, Second-Hand-Angebote und vertrauliche Themen.

Der **Wunderweiber-Sozialfonds** unterstützt Frauen in Notlagen schnell und unkompliziert. Hier wird Solidarität nicht nur versprochen, sondern gelebt.

Die Wunderweiber beweisen, dass Frauen zusammen Großes schaffen können. Schön, dass du Teil der Wunderweiber bist – bereit, Wunder zu empfangen und selbst welche wahr werden zu lassen!

Expertentipps - von Frauen für Frauen

Stressfreie Adventzeit

Für viele bedeutet die Weihnachtszeit Freude, Urlaub und Familie. Für andere jedoch Stress und das Gefühl, nicht gut genug zu sein. Die hohen Erwartungen, dass alles perfekt und harmonisch ablaufen muss, erhöhen den Druck zusätzlich. Oft gehen wir schon erschöpft und gestresst aus dem Alltag in diese Zeit. Hier sind 4 Tipps von Expertin **Simone Janak**:

1. **Selbstfürsorge, um Kraft zu tanken:** ein Spaziergang, ein gutes Buch oder einfach Zeit für dich.
2. **Setze dich an erster Stelle:** Nur wenn es dir gut geht, geht es auch allen anderen gut!

3. **Erwartungen hinterfragen:** Erlaube dir, Nein zu sagen, und streiche bewusst Dinge von deiner To-do-Liste. Reflektiere, was du persönlich von dieser Zeit erwartest und kommuniziere klar mit deiner Familie.
4. **Genieße die Stille**, bspw. mit der kleinen Affirmation: „Ich lasse Stress los und genieße die Entspannung dieser Tage.“

Ich wünsche dir wunderbare Weihnachten und einen großartigen Start ins neue Jahr!

Neues Jahr, neue Vorsätze - so schaffst du es wirklich!

Viele Vorsätze scheitern, weil sie zu groß oder zu vage sind. Plötzlich jeden Tag Sport machen oder „gesünder leben“ wirkt schnell überwältigend. Doch mit kleinen Schritten und konkreten Plänen kannst du Erfolg haben, das weiß Expertin **Sabine Janak**:

1. **Realistische Ziele setzen:** Statt „jeden Tag Sport“ lieber „dreimal pro Woche 30 Minuten bewegen“.
2. **Fortschritte feiern:** Kleine Erfolge motivieren und stärken dein Selbstvertrauen.
3. **Flexibel bleiben:** Passe deine Ziele an, wenn etwas nicht funktioniert.
4. **Unterstützung suchen:** Freunde und Familie helfen, dranzubleiben.
5. **Rückschläge akzeptieren:** Sie sind Teil des Prozesses – wichtig ist, weiterzumachen.

Das neue Jahr ist deine Chance, in kleinen Schritten zu wachsen. Glaube an dich und starte mutig durch!

Beitrag übermittelt von

Simone Janak

www.simonejanak.de

**We proudly present:
Wunderweiber-Unternehmen**

Ein erfolgreiches Business braucht professionelle Fotos

Branding ist mehr als ein Logo – es ist das Gesamtbild, das dein Business vermittelt. Professionelle Fotos transportieren deine Werte, stärken deine Persönlichkeit und machen deine Marke sichtbar. Sie schaffen Vertrauen, steigern die Wiedererkennung und ziehen die richtigen Kund:innen an.

- Gutes Branding setzt auf einheitliche, visuell ansprechende Bilder, die deine Botschaft unterstreichen.
- Authentische Fotos zeigen dich so, wie du bist, und machen dein Business greifbar.
- Mit klaren Zielen, einem passenden Outfit und der richtigen Location bereitest du dich optimal auf dein Shooting vor.

[Klicke hier](#) und erfahre mehr über Das richtige Branding: Zeige deine Marke von ihrer besten Seite – mit Fotos, die wirken!

Beitrag übermittelt von

Miriam Mehlman

www.miriammehlman.at

Bootsführerschein & Skippertraining

Du willst sicher Segel- oder Motorboot fahren? Wir bereiten dich perfekt auf deinen Bootsführerschein (kroatisches Küstenpatent) vor.

Bei uns bekommst du individuelles Training mit maximal zwei Schüler*innen an Bord – entspannt, familiär und effektiv.

Lust auf einen reinen Frauenkurs? Kein Problem!

5% Rabatt nur für Business Wunderweiber: Code BWW2024.

Beitrag übermittelt von

Jasmin Conrad

www.nautikschule-conrad.at

Kooperation - Let's do it together!

Dein Platz für Handwerkskunst, Workshops und Kooperationen

- Du möchtest deine **Handwerkskunst** ausstellen, um deine **Sichtbarkeit zu erhöhen** und deinen **Umsatz zu steigern**?
- Du benötigst einen Raum in Wien für deinen Workshop, in dem sich deine Zuhörer:innen wohl fühlen?
- Du suchst eine tolle **Community und Kooperationen**, um weiter wachsen zu können?

Dann ist unser **LadenKonzept** dein richtiger Kooperationspartner.

Wir bieten dir weit mehr als einen Einzelhandel-Verkaufsraum in Wien und online: Wir schaffen Synergien und ein inspirierendes Umfeld, in dem Talente wachsen können.

Die flexiblen Räumlichkeiten ermöglichen es uns, individuell auf die Bedürfnisse unserer Partner:innen und Kund:innen einzugehen.

Lass uns über deine vielseitigen Business-Möglichkeiten sprechen und melde dich bei mir.

Beitrag übermittelt von

Cornelia Bock

www.ladenkonzept.at

Mit Kooperation kontinuierliche Zusatzeinnahmen

Passt das zu dir?

- Du pflegst eine **kleine oder große Community** (Social Media, Newsletter, offline o.a.).
- Du interessierst dich für **Gesundheit und/oder finanzielle Unabhängigkeit** und hast Freude, zumindest eines der beiden Themen deiner Community zugänglich zu machen.

Deine Vorteile:

- Kooperation, die **auf deinen Zeitrahmen und dein Business abgestimmt** ist.

- Dauerhafte Zusatzeinnahmen **ohne Ablenkung von deinem Kernbusiness.**

Über mich: Im Online-Business seit 2020, Mama von 2 Töchtern, herzlich, empathisch & strategisch.

Meine Vision: Menschen zu mehr Vermögen, mehr Zeit und mehr Gesundheit zu verhelfen.

Ich freue mich auf unser Kennenlernen!

Beitrag übermittelt von

Andrea Moser

[Instagram: andrea.moser_wealth](https://www.instagram.com/andrea.moser_wealth)

Veranstaltungen - was steht an?

ab 21.12.2024: Rauhachts-Spezial - Worksheets mit Reflexionsaufgaben per Mail - Birgit Ludwig online

Anmeldung: www.birgitludwig.at

9.1.2025: Ärmelschal stricken - Stoff&Chic in Klagenfurth

14.1.2025: Grundkurs Nähen lernen - Stoff&Chic in Klagenfurth

Anmeldung: www.stoffundchic.at

25.1./26.1.2025: Webinar zu Bindungsangst und Verlustangst - Nicole Katzenschlager online

Anmeldung: www.emotions-counselor.com

Hier könnte deine Veranstaltung stehen!

Teile deine online oder offline Veranstaltung mit den Wunderweibern, um deinen Veranstaltungsraum aus allen Nähten platzen zu lassen!

Für den nächsten Newsletter können Veranstaltungen aufgenommen werden, die nach dem **15.1.2025** stattfinden!

Mach mit und werde sichtbar!

Werde Teil des nächsten Newsletters und zeige den Wunderweibern, was du zu bieten hast.

Wir freuen uns auf deine Beiträge!

✉ **Sende deinen Beitrag an:** wunderweiber_nl@gmx.at

👉 **Wir brauchen:** Möglichst kurzen Text, Kontaktdaten und ggf. Foto.

📅 **Einsendeschluss: 15.1.2025**

Bitte habe Verständnis, dass wir **nicht immer alle Beiträge berücksichtigen können** und **gut aufbereitete Unterlagen bevorzugen** (wir sind ehrenamtlich tätig 😊).

Kennst du andere Frauen, die von unserem Netzwerk profitieren könnten? Leite den Newsletter weiter und lade sie ein, Teil der *Wunderweiber* zu werden.

Newsletteranmeldung auf www.ladenkonzept.at/wunderweiber

Lasst uns gemeinsam wachsen und Wunder wahr werden!

Redaktionsteam: Andrea Moser und Cornelia Bock

**Verein Pink Powers -
Wunderweiber**

Panoramagasse 50, 8010 GrazAustria

[Wunderweiber Newsletter abmelden](#)



