



[Facebook](#)

[Website](#)

Liebe

Dieser Newsletter ist von Frauen für Frauen – gefüllt mit Ideen, Angeboten und Impulsen, die uns alle stärken und weiterbringen.

Wir wünschen dir viel Freude beim Entdecken der dritten Ausgabe 2025!

Expertentipps - von Frauen für Frauen

Jahresvorsätze schon gescheitert? So kommst du jetzt wirklich ins Tun!

Neues Jahr, neues Ich?

Tja ... jetzt ist März, und die meisten guten Vorsätze sind längst Geschichte. Mehr Sport, gesünder essen, weniger Stress – alles gestartet, dann gescheitert. Warum?

Weil wir oft in die Alles-oder-nichts-Falle tappen: Wenn's nicht perfekt läuft, geben wir auf. Doch Gesundheit passiert nicht in Perfektion, sondern in kleinen Schritten. Also Schluss mit „ganz oder gar nicht“. So machst du es diesmal besser - so kommst du wieder in die Spur:

- Mini statt Mega: 10 Minuten Bewegung sind besser als null. Neustart jederzeit! Heute zählt – nicht der vergeigte Januar.

- Konstanz schlägt Perfektion: Kleine Schritte, die du wirklich durchziehst, bringen mehr als große Vorsätze, die im März verpuffen.

Du willst eine Gesundheitsroutine, die wirklich zu dir passt? Ich unterstütze dich dabei, langfristige Gewohnheiten aufzubauen – pragmatisch, alltagstauglich und mit Freude. Melde dich gerne bei mir!



Beitrag übermittelt von
Constanze van Ginneken
Expert for Joyful Ageing, Biohacking Coach
www.constanzevanginneken.com
hallo@constanzevanginneken.com
06766449120



Erreichst du deine Zielgruppe wirklich?

Medienprofiling®: Was ist das und warum solltest du es nutzen?

Alle ,die es kennen - und das sind in den USA viele Fans - nennen es "Superkraft" der Kommunikation.

Medienprofiling® wurde von Profilern entwickelt und wirkt, wenn Menschen etwas aktiv wahrnehmen sollen. Es geht um weit mehr, als Werbung & Message in der Zielgruppe "anzubringen". Medienprofiling® schafft es, bei den verschiedenen Persönlichkeitstypen, die sich alle in deiner Zielgruppe befinden, Verständnis und Aufmerksamkeit zu generieren. Jeder Persönlichkeitstyp hat andere präferierte Muster. Die Frage ist, ob du bereits alle optimal erreichst, oder nur jene, die zufällig deinem eigenen Typ entsprechen?

Das kannst du testen! Schick deinen Text zum kostenfreien Check. Wir senden ihn "mit i-Tüpfel", wie wir in Österreich sagen, mit der Kirsche auf der Torte der Kommunikation, retour. Medienprofiling® pimpt Präsenz, schafft Wow-Effekt & Identifikation. Hol dir die Superkraft & level up!



Beitrag übermittelt von
Nina Krämer-Pölkhofer,
Die Medienprofilerin®
<https://www.hopetown.at>
welcome@hopetown.at

We proudly present:
Wunderweiber-Unternehmen

3er-Hof Biolandwirtschaft & Komposterde

3er-Hof. Wo Mensch, Tier & Natur aufblühen. Verena Hieret, leidenschaftliche Landwirtin & Businessfrau, führt den Biohof nun in 5. Generation. Wir haben einen kleinen, süßen Selbstbedienungsladen, wo es Köstlichkeiten vom Biohof gibt, und verkaufen Komposterde für alle Gartenzwecke. Unser Credo: Regional, natürlich hergestellt, nachhaltig. Green Care Bauernhoferlebnis: Alle Angebote online!



Beitrag übermittelt von

Verena Hieret

Kompost- & Naturexpertin

www.3er-hof.at

office@3er-hof.at

0277293080

Wyle Design - einzigartig wie du!

Ich bin Leonie, 21, und Gründerin von Wyle Design. Mit viel Liebe zum Detail fertige ich exklusive Produkte aus Epoxidharz, die Eleganz und Kreativität vereinen. Wyle Design entstand aus einer herausfordernden Lebensphase – es hat mir gezeigt, dass aus schwierigen Zeiten etwas Schönes entstehen kann. Ihr findet mich am 5. & 6. April beim *kunst & design markt* in der Seifenfabrik, sowie im S'Fachl Graz!



Beitrag übermittelt von
Leonie Winter
<https://www.wyledesign.at>
wyledesign@aon.at
06643819261

Die neuen ELFENGOLD Naturseifen entführen dich auf eine duftende Reise durch Europa

Paris verführt mit roter Tonerde & blumigem Palmarosa, Dalmatien bringt mit Salbei & Fenchel mediterrane Frische, und Bosporus vereint Aktivkohle mit erdig-frischer Bergamotte & Vetiver. Wie immer handgerührt in meiner kleinen Manufaktur am Rande der Lobau. Schau vorbei und entdecke sie hier: <https://shorturl.at/Wqxfk>



Beitrag übermittelt von
Claudia Frai-Höfler
ELFENGOLD Naturseifen
<https://www.elfengold-kosmetik.at>
office@elfengold-kosmetik.at
069910033631

Toller exklusiver Vintage 2nd-Hand-Boutique in Hausmannstaetten

Gerne möchte ich euch meinen exklusiven 2nd-Hand-Boutique in Hausmannstaetten vorstellen! Es gibt einzigartige und Individuelle Stücke für einen fairen Preis!

Öffnungszeiten: Mi 12-18 Uhr Do-Fr 12-19 Uhr Sa 10-14 Uhr

Ihr könnt mir auch auf Instagram folgen:

<https://www.instagram.com/adelinas2ndhandboutique?igsh=Z2Uwc...>



Beitrag übermittelt von
Adelina Schreiner
adelina_schreiner@yahoo.de
06643089447



Genussabenteuer für Klein und Groß

Raum Klosterneuburg/Wien/Österreich: Als Diätologin, Heilkräuter- und Sporternährungscoach liegt mir besonders das Wiedererlernen Deines intuitiven Ernährungswissens am Herzen.

- Workshops im Heilkräutergarten
- Gesundheitstage für KMU
- Genussabenteuer für dich, deine Familie oder dein Team

Ich unterstütze dich dabei, dein Genussabenteuer individuell zu gestalten!

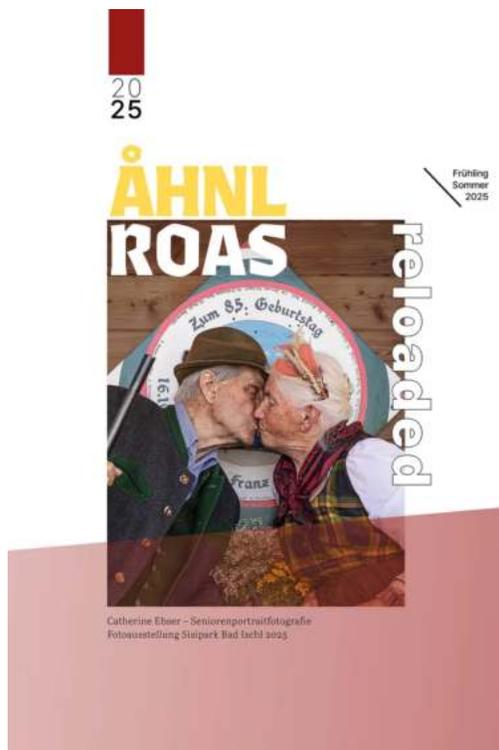


Beitrag übermittelt von
Sybille Schopper
Outdoor Diätologin
butteraufsbrot.net
sybille.schopper@butteraufsbrot.net
et
06649157866

Kooperation - Let's do it together!

Jetzt Teil der Ähnlroas 2025 werden: Eine Partnerschaft mit Herz & Wirkung!

Die Ähnlroas Ausstellung kehrt 2025 in den Sisipark, Bad Ischl, zurück! Gesucht werden Partner, Sponsoren und Supermodels 65+, die Lust haben, sich besonders in Szene setzen zu lassen. Unterstützer profitieren von einem Top-Standort mit hoher Sichtbarkeit, bester Logoplastizierung und Produktplatzierungen. Sie erreichen eine aktive, kulturinteressierte Zielgruppe und zeigen Ihr soziales Engagement. Für die fotografierten Senioren entstehen keine Kosten – das Projekt lebt von gemeinsamer Unterstützung. Sponsorpakete gibt es ab € 300,00.
ich-bin@altmodisch.at | www.altmodisch.at/ähnlroas



Beitrag übermittelt von

Catherine Ebner
Seniorenfotografin

www.altmodisch.at

ich-bin@altmodisch.at

06769078408

Empfehlungen & Tipps!

Kein Beitrag eingegangen

Gibt es denn so etwas? Kein Nicht-Business-Wunderweib wollte eine Empfehlung oder Tipp für den Alltag eines Wunderweibs abgeben. Hast du vielleicht einen Urlaubsort, den du empfehlen möchtest, oder freust du dich über die Genialität eines Produkts oder einer Dienstleistung? Dann lass es uns wissen!

Hier kannst Du Deine Empfehlung hochladen: [Meinen Beitrag einreichen](#)

Veranstaltungen - was steht an?

Kinderleicht den Tod erklären

- Entwicklung des Todesbegriffs in den unterschiedlichen Altersstufen -
Praktische Tipps für den Alltag
 - Hilfestellungen, wenn Kinder trauern
 - Kind am Begräbnis
- Für Eltern oder Betreuungspersonen!

 31.03.2025

 9:00-10:30Uhr

 Online

 € 30,00

Anmeldung: anmeldung@weihs.org



Beitrag übermittelt von

Lisi Weihs, Psychosoziale Beraterin

<https://weihs.org/veranstaltungen>

anmeldung@weihs.org

Waldbaden zum Thema Selbstliebe & Selbstfürsorge



4-teiliger Waldbaden-WS zum Thema Selbstliebe und Selbstfürsorge gemeinsam mit einer Achtsamkeitstrainerin

 29.03.; 26.04.; 24.05. und 28.06.2025

 ab 10:30Uhr

 Maurer Wald

 € 45,00

Anmeldung: [06765079583](tel:06765079583)



Beitrag übermittelt von

Claudia Valenta, Waldbadentrainerin

<https://www.facebook.com/ClaudiaWaldbaden/>

Workshop: Vom Traum zum Bucherfolg

Du schreibst ein Buch und möchtest es erfolgreich im Selfpublishing veröffentlichen? Ich teile meine Strategie, wie ich vor dem Launch schon € 10.000,00 generiert habe. Sichere dir 1 von 6 Plätzen!

29.03.2025

 10:30 - 13:00Uhr

 Atelier Mollardgasse 85a/1/42

 € 240,00



Anmeldung: <https://finally-selfpublishing.com/workshop-selfpublisher-wi...>

Exklusiv 20% Rabatt für Wunderweiber! Nutze den Code: WUNDERWEIB



Beitrag übermittelt von

Stephanie Fischer, Buch-Mentorin
<https://finally-selfpublishing.com/>
hello@finally-selfpublishing.com
06507400147



SELBSTERMÄCHTIGUNG - OHNMACHT, WUT, SCHAM umwandeln

Ein sehr intimer Workshop bei dem du lernst, deine Emotionen, die in deinem Körper gespeichert sind, sichtbar zu machen. Manchmal braucht es das Gemeinsame, die Geborgenheit, um weiterzukommen.

 05.04.2025

 09:00 - 17:00Uhr

 Imagine Room Märzstraße 156/5, 1140 Wien

 € 150,00



Beitrag übermittelt von

Karin Schlintner, Mag. MBA
<https://karin-schlintner.com>
post@karin-schlintner.com
06642434242



Stressabbau - stimmungsaufhellendes Bewegungsprogramm mit Sinn

An alle Frauen, die sich gern bewegen, ohne sich sportlich auszupeinern, die an ihrer Selbstzufriedenheit und Ausstrahlung arbeiten, Lebendigkeit und Freude spüren und miteinander in schöne Erlebnisse & neue Erfahrungen eintauchen wollen - Bewegung, Begegnung & meditativ. Let's go all in ;-)

 17 13.03.2025, wöchentlich

 19:15 - 21:15 Uhr

 Studio 101 Times, Schottenfeldgasse 60, 1070 Wien

 € 25,00/Einheit



Beitrag übermittelt von

Daniela Dexl, Bio-Regeneration. Impulse für
lebensverändernde Energien

www.bio-regeneration.com

info@bio-regeneration.com

06603931617



Lachyoga - Lache dein Leben

Dein Lachen hat das Potenzial, deine Welt zu verändern. Du hast die Möglichkeit, es online mit mir zu aktivieren. Wir lächeln zusammen in die neue Woche und stärken damit Körper, Geist und Seele.



jeden Montag

 07:00 - 07:15 Uhr

 Online

 € 50,00 (10er-Block)

Anmeldung: <https://lebendig-menschsein.jetzt/lache-dein-leben/>



Beitrag übermittelt von

Svenja Reithner

<https://lebendig-menschsein.jetzt>

Come-Together für persönliche Vernetzung von Wunderweibern

Einmal im Monat (jeweils einmal mittwochs vormittags) findet ein Wunderweiber Come-Together statt!

Die Idee besteht darin, Wunderweiber, die offen für Kooperationen, Austausch und Unterstützung sind, miteinander zu verbinden. Denn bekanntlich entstehen Wunder, wenn Menschen miteinander sprechen 😊



 jeden 2. Mittwoch im Monat

 11:00 - 13:00Uhr

 LadenKonzept, Kolingasse
10, 1090 Wien

 kostenfrei

Anmeldung: per WhatsApp unter
069910848860 oder per E-Mail an
office@ladenkonzept.at



Beitrag übermittelt von

Cornelia Bock

Administratorin der Business und Niederösterreichischen
Wunderweibergruppen

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!

📧 Lade deinen Beitrag hier hoch: [Meinen Beitrag einreichen](#)

 Einsendeschluss: 15.04.2025

Bitte habe Verständnis, dass wir **nicht immer alle Beiträge berücksichtigen können**.

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

Newsletter-Anmeldung auf www.ladenkonzept.at/wunderweiber

Lasst uns gemeinsam wachsen und Wunder wahr werden!

Dein Redaktionsteam



Cornelia Bock

Dein Platz für
Handwerkskunst,
Workshops und
Kooperationen

www.ladenkonzept.at



Andrea Moser

Krypto-Expertin

www.andreamoser.at



Katha M. Gritsch

Ferderfuhrwerk
Textagentur - Ich gebe
dir mein Wort

www.federfuhrwerk.at

**Verein Pink Powers -
Wunderweiber**

Panoramagasse 50, 8010 GrazAustria

[Wunderweiber Newsletter abmelden](#)



