

PRESSE-INFORMATION

Neues Buch "Wenn das Leben stolpert #glaubandich" – ein Mutmacher für herausfordernde Zeiten

„Wenn das Leben stolpert #glaubandich“ ist mehr als nur ein Buch – es ist ein kraftvoller Begleiter durch dunkle Zeiten, eine unerschöpfliche Quelle der Inspiration und ein echter Mutmacher für all jene, die sich auf einen Neuanfang einlassen wollen. Es beweist eindrucksvoll: Nach den härtesten Rückschlägen gibt es immer einen Weg zurück ins Leben – und dieser Weg führt direkt in eine Zukunft voller Hoffnung und Stärke.

Das Buch „Wenn das Leben stolpert #glaubandich“ erzählt von Frauen, die Krisen, Verlust und Umbrüche durchlebt haben und den Weg zurück ins Leben fanden. In berührenden Geschichten berichten sie, wie sie trotz Schicksalsschlägen wieder aufgestanden sind. Ihre Erfahrungen zeigen, dass Neuanfang und Abschied oft miteinander verknüpft sind. Ergänzt werden die Erzählungen durch Experteneinsichten zu den Auswirkungen solcher Herausforderungen auf Körper, Geist und Seele sowie hilfreiche Strategien. Reflexionsfragen regen zum Nachdenken an und eröffnen neue Perspektiven.

Unser Dank richtet sich an unsere Expertinnen, unsere Interviewpartnerinnen, an alle, die uns zu diesem Projekt ermuntert haben, um zu zeigen, wie man aus der Dunkelheit ans Licht gelangt und zu strahlen beginnt. Ein Dankeschön richtet sich auch an die Sparkasse OÖ #glaubandich.

Pro verkauftem Buchexemplar wird ein Beitrag an den „**Verein Frauen im Trend/ MUTmacherinnen**“ gespendet. www.mutmacherinnen.at

Daniela Hufnagl/Doris Schulz: Wenn das Leben stolpert. #glaubandich. 128 Seiten, Softcover, Buchschmiede von Dataform Media GmbH in 2203 Großebersdorf www.buchschmiede.at

ISBN: 978-3-99152-772-5. Preis: 17,90 Euro

Autorinnen: Mag. Doris Schulz und Daniela Hufnagl

Mag. Doris Schulz:

Medienfrau, Autorin, Journalistin, Podcasterin, die sich seit ihrem Studium mit Frauenprojekten und Frauen-Empowerment befasst. Sie leitet das www.crossmentoring.at zur Förderung von Frauen und Karriere, hat viele Frauen-Programme auf die Beine gestellt und die Plattform www.women-excellence-circle.at gegründet. Sie ist Soroptimistin und Mitglied im Vorstand von „Frauen im Trend“.

Ihre Überzeugung: Nur gemeinsam sind wir stark – Frauen und Männer gleichgestellt und auf Augenhöhe.

Ihre Vision: Jeder Stolperstein bedeutet eine Chance auf Persönlichkeitsentwicklung – unterstützende Schwesternschaft und gegenseitige, wohlmeinende Wegbegleitung vorausgesetzt.

www.medienfrau.at

Daniela Hufnagl:

Daniela Hufnagl ist diplomierte psychosoziale Beraterin, Absolventin des Masterstudiums Bio- und Medizinethik an der JKU und seit vielen Jahren im Gesundheitswesen tätig. Darüber hinaus ist sie Podcasterin von **#allesstabil?**, eine optimistische Das-Glas-ist-nie-leer-Denkerin und amtierende Präsidentin des Vereins „**Frauen im Trend/MUTmacherinnen**“.

Ihre Überzeugung: Die Kraft der Gemeinschaft und die Stärkung von Frauen können eine positive Entwicklung in der Gesellschaft bewirken.

Ihre Vision: Aus Stolpersteinen Brücken zu bauen – durch gegenseitige Unterstützung, Empowerment und den Glauben an positive Veränderungen.

www.danielahufnagl.com

Verfügbarkeit: Das Buch ist ab Mitte März im Buchhandel sowie online erhältlich.

Für weitere Informationen, Rezensionsexemplare oder Interviewanfragen kontaktieren Sie uns gerne unter:

office@medienfrau.at

office@danielahufnagl.com