

Lass dein Licht leuchten!

B · U · C · H
CONTACT



In ihrem Buch **“Happy Woman. Vier Schritte zu dem Leben, das du wirklich willst“** (Scorpio Verlag) erinnert **Stefanie Carla Schäfer** daran, wie schön es ist, eine Frau zu sein und sich als kreative Schöpferin des eigenen Lebens zu begreifen. Sie plädiert für eine gesündere Strategie im Umgang mit sich selbst: freundliche Annahme sowie Erkennen eigener Bedürfnisse und

Werte. Denn wahre Zufriedenheit entsteht, je besser eine Frau sich selbst kennt und je mehr sie ihrer Intuition, ihrem Herzen und ihren inneren Impulsen folgt.

Viele Frauen fühlen irgendwann im Leben, dass „es doch noch mehr geben muss“. Sie wünschen sich innere Erfüllung, mehr Sinn und Lebendigkeit statt Routine. Aber die allgegenwärtige Aufforderung zur „Selbstoptimierung“ ist häufig ein solcher Stressfaktor, dass ein Aufbruch immer wieder verschoben wird. Stefanie Carla Schäfer zeigt, wie Frauen das Glück selbst in die Hand nehmen und ihr Leben im Einklang mit ihren Talenten und Sehnsüchten gestalten können.

So ist „Happy Woman“ ein einfühlsamer und humorvoller Reisebegleiter auf dem Weg zu weiblicher, kreativer Selbstverwirklichung. Ein Ratgeber mit viel Liebe, Humor und vier konkreten Schritten zum Glück, der seine Leserinnen dazu inspiriert, dem eigenen Herzen zu folgen.

Stefanie Carla Schäfer **Happy Woman**

Vier Schritte zu dem Leben, das du wirklich willst
Scorpio Verlag
176 Seiten, Klappenbroschur
13,5 x 21,5 cm
18,00 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-491-4

PRESSSEINFORMATION

Bei Rückfragen:
BUCH CONTACT
Murielle R. Rousseau
Freiburger Büro:
Rosastr. 21
D-79098 Freiburg
Fon: 0761-29604-0
buchcontact@buchcontact.de

Berliner Büro:
Karl-Heinrich-Ulrichs-Str. 20c
D-10785 Berlin
Fon: 030-2060669-0

Stefanie Carla Schäfer



© privat

Die erfolgreiche Coachin und Autorin **Stefanie Carla Schäfer** inspiriert in ihren Büchern dazu, dem Herzen zu folgen und mit Freude den eigenen Weg zu gehen. Als Coach begleitet sie besonders Frauen und veröffentlicht im Podcast "Happy Woman" Impulse und Interviews rund um die Themen Gefühle, persönliches Wachstum und bodenständige Spiritualität. Sie ist Sportwissenschaftlerin, Somatic Experiencing Practitioner und lebt in Köln. Ihre bereits im Scorpio Verlag erschienenen Bücher fanden zahlreiche begeisterte Leserinnen und Leser. Workshops, Blog und mehr unter: www.cardea-training.de.

PRESEINFORMATION

Bei Rückfragen:
BUCH CONTACT
Murielle R. Rousseau

Freiburger Büro:
Rosastr. 21
D-79098 Freiburg
Fon: 0761-29604-0
buchcontact@buchcontact.de

Berliner Büro:
Karl-Heinrich-Ulrichs-Str. 20c
D-10785 Berlin
Fon: 030-2060669-0