

# Frauen.Verdienen.Geld

Internet und Social Media  
gewinnbringend nutzen





## Frauen.Verdiene.n.Geld. – Internet und Social Media gewinnbringend nutzen

- Einführung - kurzer Input
  - Was ist mir wichtig – wofür stehe ich?
  - Meine größten Herausforderungen
  - Meine Learnings
  - Was ist neu für mich? Wie nutze ich das Internet/ Social Media?
  
- Nutzung des Internets/ Social Media als Unternehmerin
  - Vorteile und Möglichkeiten
  
- Fragen, Austausch, Diskussion



## ● Was ist mir wichtig? Wofür stehe ich?

### **Als Coach unterstütze ich Businessfrauen dabei,**

- ihr Unternehmen und/oder ihr Team mit Leichtigkeit und Spaß zu führen
- ihren Alltag nach ihren Wünschen und Vorstellungen selbstbestimmt zu gestalten
- in ihrem Alltag Zeit zu haben für sich selbst, Familie, Hobbies und Freunde
- glücklich und zufrieden zu sein.

### **Mir ist es wichtig,**

- Frauen zu ermutigen, den Schritt in die Selbstständigkeit zu wagen, denn sie haben unheimlich viel Power und führen ihr Business in der Regel mit ganz viel Herzblut!
- dass Unternehmerinnen ihre Expertise zeigen, für den Wert ihrer Leistungen angemessene Preise festlegen und Umsätze erzielen, mit denen sie voll zufrieden sind!

Sowohl **individuelles Coaching** als auch **Offline- und Online-Netzwerke** zum Austausch und zur Unterstützung empfehle ich Unternehmerinnen unbedingt, um sich selbst und das eigene Business wesentlich voran zu bringen.



Foto: [www.philinebach.de](http://www.philinebach.de)

**Kirsten Sautmann**



## Mein Trainings-Business "Gesundheitsförderung" - von offline zu online (seit März 2020)

### Meine größten Herausforderungen

#### "Schockstarre"/Panik/Angst

- Am Do/Fr 12./13. März 2020 wurden alle Seminare bis zum Sommer abgesagt
- Keine Aufträge - keine Alternative
- Keine Einnahmen/ Liquidität sicherstellen
- Im Laufe des Jahres wurden alle Seminare für 2020/Anfang 2021 abgesagt

#### Was habe ich für Alternativen?

- Was ist im Internet möglich?
- Wie finde ich mich dort zurecht?
- Sammlung von Informationen

#### Entscheidung für Online-Kurse

- Keine Erfahrung – Start bei 0
- Bisher keine Nutzung von Social Media
- Gründung eines "NEUEN" Unternehmens (online funktioniert anders als offline)

#### Struktur und klare Positionierung für Online-Business fehlte

- Wer ist meine Zielgruppe?
- Welches ist meine "Nische"?
- Was biete ich an?
- Wie funktioniert die ganze Technik?

bis Ende August hatte ich nur eine neue Website (Inhalte fehlten größtenteils noch)

**Unzufriedenheit - ich komme nicht (schnell genug) voran!**



## Mein Trainings-Business "Gesundheitsförderung" - von offline zu online (seit März 2020)

### Meine Learnings

#### Lernen, lernen, lernen

- viele **Onlinekurse** (Selbstlernkurse) zu jeweils speziellen Themen
- Überblick fehlte
- Viel Geld "verbrannt"

**Ich brauche Unterstützung/  
Empfehlungen, welche Angebote  
und Anbieter für mich sinnvoll sind**

#### Coachings/ Kurse durch Empfehlung

- **September 2020 - März 2021**  
**Coaching "Werde populär!"**
  - strukturierte Anleitung und Betreuung
  - **150 Teilnehmer:innen** - tolle Gruppe, super Netzwerk mit Austauschmöglichkeiten und Hilfe untereinander
- **seit Januar 2021:**  
**1-jähriges Business-Coaching:**  
"Stressfreies, strategisches und skalierbares Business" /  
"Stressfrei sichtbar werden"  
(40 Teilnehmer:innen)

#### Social Media

seit ca. **September 2020:**

- Facebook-Profil
- Instagram-Profil
- LinkedIn-Profil
- XING-Profil
- Google My Business
  
- Mitglied in verschiedenen Facebook-Gruppen

Alle Profile öffentlich - Nutzung ausschließlich beruflich!

**Ich muss mich für einen Social  
Media-Hauptkanal entscheiden**



## Mein Trainings-Business "Gesundheitsförderung" - von offline zu online (seit März 2020)

### Was ist neu für mich? Wie nutze ich das Internet/ Social Media?

#### Visitenkarte

- Website und Social Media-Profile sind meine Visitenkarten/ Schaufenster!
- für Online- und Offline-Angebote

#### Netzwerke aufbauen (und pflegen)

- Austausch - interessante Kontakte im DACH-Raum
- gegenseitige Unterstützung
- Online-Freundschaften

#### Marketing

Meine Zielgruppe und mein Angebot müssen ganz klar definiert sein: Positionierung

- Arbeit an mir selbst (Mindset, Mein WARUM, meine Werte und Ziele, ...)
- Expertenstatus aufbauen (Vertrauen!)
- in Social Media für meine Zielgruppe sichtbar sein (größere Zielgruppe)
- regelmäßig Posts erstellen

#### Passives Einkommen generieren

- durch Automatisierung (niedrigpreisige Angebote oder Online-Selbstlernkurse)
- durch Affiliate-Links (Empfehlung - Provision)
- Höhere Einnahmen möglich/ größere Zielgruppe

#### Technik

- Kursplattform (elopage)
- Audios und Videos für Kurse aufnehmen und schneiden
- Selfies und Videos für Posts



## Einige Empfehlungen (für alle Unternehmerinnen – offline und online)

### **Mindful Social Media (Bianca Fritz)\***

„Mit einer effektiven und achtsamen Content-Strategie zaubern wir Leichtigkeit und Konsistenz in dein Selbstmarketing“

[Hier geht's zur Warum-Session](#)

### **Brand Design (Christine Sehm)**

„Du suchst ein hochwertiges Logo, Branding & Webdesign, damit dein Außenauftritt genauso professionell ist, wie dein Angebot? Als erfahrene Brand Designerin helfe ich dir gerne dabei.“ NEU: DIY-Branding-Workshop <https://www.sehm.de/diy-branding-kurs/>

### **Natürliche Portrait-Fotografie für Frauen (Philine Bach)\***

„Um mit deinem Business sichtbar zu werden, brauchst du Fotos von dir! Was dein Angebot einzigartig macht, bist du! Also zeig dich mit authentischen Porträts!“

NEU: DIY-Workshop: [Endlich schöne Selfies für dein Business und Social Media](#)

### **Strategische Website erstellen (Sylvia Klatt)**

„Webdesign für Expertinnen – Bei mir bist du richtig, wenn du dir eine Website wünschst, die dich aus der Masse heraus hebt, deine idealen Kund\*innen magisch anzieht und dir regelmäßig Anfragen bringt.“ <https://sylviaklatt.de/>

### **Website – Design und Technik (Jenny Völker)**

„Ich unterstütze selbstständige Frauen dabei, sich mit ihrem Herzensprojekt wirkungsvoll im Web zu positionieren. Dabei setze ich auf einen ganzheitlichen Ansatz, der immer zu einer individuellen Lösung führt. Das Besondere: Ich kann dich im Designbereich unterstützen, bin aber auch technisch versiert.“ <https://jennyvoelker.de/>

### **“Werde popular!” (Marike Frick)**

„Du willst dich abheben – durch Qualität und Persönlichkeit. Und du willst gefunden werden, wenn Menschen nach einer Lösung für ihr Problem suchen. Was es dafür braucht, lernst du in meinem 6-monatigen Gruppenprogramm “Populär!”. <https://www.wasjournalistenwollen.de/kurs>

### **Membership “Die Businessartisten” – passive Umsatz generieren (Marlis Schorcht)\***

„Monat für Monat helfe ich meinen Kund:innen dabei, ihr Business zu vereinfachen. Damit sie das Business und das Leben genießen, etwas in der Welt bewirken und für sich selbst sichtbar sein können. Ich helfe ihnen dabei, skalierbares und passives Einkommen zu generieren.“ [Hier geht's zu den Businessartisten](#)

Frauen-Business-Tage “Neues annehmen – Neues nutzen”



Mein Trainings-Business “Gesundheitsförderung” - von offline zu online (seit März 2020)

**Meine Website – mein Schaufenster**  
**Social Media – meine Visitenkarten/ Handzettel**







## Nutzung des Internet/ Social Media als Unternehmerin

### Vorteile und Möglichkeiten

#### Flexibler Tagesrhythmus

- ich starte morgens zu einer Uhrzeit in den Tag, die gut zu meinem Biorhythmus passt
- ich habe mehr Zeit, weil Fahrtwege entfallen
- ich kann inzwischen ortsungebunden arbeiten
- ich habe ausreichend Zeit für mich, meine Familie und Hobbies

#### Flexible Arbeitszeit

- ich kann meine Zeit und meine Arbeitsstunden flexibel einteilen
- Ich arbeite weniger Stunden
- ich kann mir mehr als 6 Wochen – flexibel - Urlaub nehmen

**Mehr Gelassenheit, Leichtigkeit,  
Spaß, Glücklichein, Zufriedenheit**

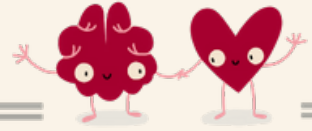
#### Unternehmerin

- ich bin nicht mehr "selbst und ständig"
- Unterstützung durch zwei virtuelle Assistentinnen (demnächst Studentinnen)
- Weniger Tausch von Zeit gegen Geld (1:1-Arbeit, Online-Shop)

- Mehr Zeit

#### Netzwerke

- Ich komme schneller voran



Frauen-Business-Tage "Neues annehmen – Neues nutzen"

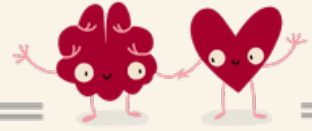


**Ich freue mich auf Ihre Fragen!  
- Austausch und Diskussion -**



Foto: [www.philinebach.de](http://www.philinebach.de)

WWW.KIRSTEN-SAUTMANN.DE



Self Care Management

Frauen-Business-Tage "Neues annehmen – Neues nutzen"



Foto: [www.philinebach.de](http://www.philinebach.de)

## Kirsten Sautmann

Telefon 0 54 24 / 2 21 99 55  
mail@kirsten-sautmann.de

[www.kirsten-sautmann.de](http://www.kirsten-sautmann.de)



Kirsten Sautmann



kirstensautmann