



# Mit Elan in eine neue Lebensphase

**F**rauen in der Lebensmitte sind oft mit einer Vielzahl an Herausforderungen konfrontiert: Die Kinder sind aus dem Haus, die Beziehungen oft problematisch geworden, körperliche Wechsel-Beschwerden quälen, der Job ist weg oder nicht mehr interessant. „Was nun?“ Diese Frage stellen sich viele Frauen und sind dabei auf der Suche nach kompetenten Ansprechpartnern, die sie durch diese Zeit begleiten. „Soul Sisters“ hat diese Expertise. Seit nunmehr 5 Jahren bietet das Zentrum für Frauen in der Lebensmitte mit Coaching, Seminaren, Workshops, Vorträgen und vielen weiteren

maßgeschneiderten Dienstleistungen eine vertrauensvolle Umgebung für diese Zeit der Neuorientierung. Ein ExpertInnen-Netzwerk bestehend aus ÄrztInnen, TherapeutInnen und Coaches widmet sich relevanten Themen wie Partnerschaft und Gesundheit, innere



Irene Fellner & Ingrid Dorfmeister

Neuausrichtung mit Lebensfreude, Entdeckung der eigenen Weiblichkeit und Spiritualität. Das Programm ist dabei breit gefächert: Vorträge von ÄrztInnen und TherapeutInnen, das Soul Sisters Frauenjahr, Imago Paarbegleitung, spannende Seminare und Einzelcoachings zum Durchstarten. Hier ist für jede von uns das Richtige dabei!

**Der Erfolg gibt den Soul Sisters Recht.** Mit Stolz präsentiert Irene Fellner, Gründerin des Zentrums, ihre Erfolgszahlen: Nach 5 Jahren mit über 500 Coachings, Seminaren, Workshops und Veranstaltungen, durchgeführt von hochrangigen ExpertInnen, kann sie

Das Soul Café hat immer am letzten Dienstag des Monats von 17:00-19:00 Uhr geöffnet.



Lerne von 30 Expertinnen welche Schritte du ganz konkret setzen kannst um deine Potentiale zu entdecken und neue und erfüllende Aufgaben für dich zu finden.



großes Interesse an den Angeboten der Soul Sisters feststellen. Die durchschnittliche Verweildauer von über fünf Minuten auf der Homepage, sowie die unglaubliche Öffnungsrate von 38-50% ihrer Newsletter belegen die große Begeisterung der mittlerweile weit über 5500 Newsletter AbonnentInnen und Social Media Kontakte eindrucksvoll. Auch viele Testimonials – wie Vera Russwurm, Nina Blum, Timna Brauer, Chris Lohner oder Susanna Kubelka sind begeisterte Fans der Soul Sisters.

## Soul Sisters Online-Kongress „Start Up Again“

Die Soul Sisters haben Großes vor und erreichen mit ihrem neuen Angebot, dem großen Online Kongress „Start Up Again - 40+ was nun?“ die nächste Ebene. Mit geschätzten 5000 Teilnehmerinnen startet das Netzwerk in eine neue Dimension der Information und Inspiration - und das kostenlos! Das, für Frauen zwischen 40 und 60 maßgeschneiderte, Programm beinhaltet alles was Frau in der Lebensmitte bewegt: Von Familie und Partnerschaft über Weiblichkeit und Gesundheit bis zu Selbstbestimmung und erneuter Selbstverwirklichung. Frauen, die es geschafft haben ihre zweite Lebenshälfte erfolgreich neu zu gestalten und ExpertInnen der Persönlichkeitsentwicklung antworten 8 Tage lang auf die drei großen Fragen dieser Zeit, die auch im Zentrum des Kongresses stehen:

- Was geschieht in der Lebensmitte?
- Welche Themen werden aktuell und

wie kann ich diese für mich lösen?

- Wie finde ich neue und erfüllende Wege für die nächste Lebensphase?

## Soul Sisters Frauenjahr zur persönlichen Neuorientierung

Das Frauenjahr bietet seinen Teilnehmerinnen eine Oase von Zeit und Raum für ihre persönliche Entwicklung. Hier können Frauen 12 Monate lang herausfinden, was ihre einzigartige Persönlichkeit ausmacht, wo ihre individuellen Stärken, Talente und Möglichkeiten liegen und wie sie diese zur Basis ihres weiteren Lebens machen können. Vieles kommt in Bewegung, Altes und Verkrustetes kann sich auflösen und neuen Ideen und Erkenntnissen Platz machen. Nächste kostenlose Informationsabende für das Frauenjahr: Di. 14.11, Di. 5.12., Mo. 15.11.2018, jeweils um 19:00 Uhr im Zentrum. Der Kongress findet online und kostenlos zu Hause statt. Jeweils 24 Stunden lang können mehr als 30 Interviews mit namhaften Expertinnen - bequem auf dem Computer, Handy, Laptop oder von unterwegs - kostenlos angesehen werden. Für den Kongress kann man sich bereits jetzt anmelden. [www.soulsisters.at/onlinekongress](http://www.soulsisters.at/onlinekongress)

**Soul Sisters - Zentrum für Frauen in der Lebensmitte**  
Goldeggasse 2/5, 1040 Wien  
Tel.: +43 (1) 945 73 70  
[office@soulsisters.at](mailto:office@soulsisters.at)  
[www.soulsisters.at](http://www.soulsisters.at)  
[www.irene-fellner.com](http://www.irene-fellner.com)

## Interview



mit Irene Fellner, Gründerin von Soul Sisters

Warum haben Sie Soul Sisters vor 5 Jahre ins Leben gerufen?

Die Lebensmitte ist gerade für Frauen eine Zeit des Umbruchs und der Neuorientierung. Die Kinder gehen ihren eigenen Weg, die Partnerschaft steht in Frage, die berufliche Situation ist oft problematisch. Ich habe beobachtet, dass viele Frauen sich mit ihren Fragen, Sorgen und Problemen sehr alleine fühlen. Mit Soul Sisters ist ein Zentrum für Frauen in der Lebensmitte entstanden, ein Netzwerk von Expertinnen, die sich als kompetente, vertrauenswürdige Begleiterinnen in dieser spannenden Phase des Lebens verstehen.

Wie können mich die Soul Sisters unterstützen?

Wir verstehen Soul Sisters als Ort an dem Frauen einander begleiten, unterstützen, inspirieren und aufmuntern (neue) Wege in ein erfülltes Frauenleben zu gehen. Dazu gibt es beispielsweise mit dem Frauenjahr einen spannenden Workshop-Zyklus, der uns hilft, die richtigen Fragen zu stellen und persönliche Antworten zu finden. Mit Seminaren, Einzelcoachings und Vorträgen bieten die Soul Sisters ein breit gefächertes Angebot zu Themen wie Gesundheit, Familie, Selbstbestimmung und Spiritualität und unterstützen Frauen dabei, ihre Potentiale zu entfalten.

Wo kann ich die Soul Sisters kennen lernen?

Einmal im Monat - immer am letzten Dienstag von 17:00 bis 19:00 - ist das Soul Café geöffnet. Hier kann man ganz sich ganz ungezwungen mit anderen spannenden Frauen in ähnlichen Situationen austauschen, Kaffee, Tee und gute Gespräche genießen und die Seele baumeln lassen. Die perfekte Gelegenheit das Team und die Atmosphäre vor Ort kennenzulernen und sich über das Programm und die Möglichkeiten von Soul Sisters zu informieren!