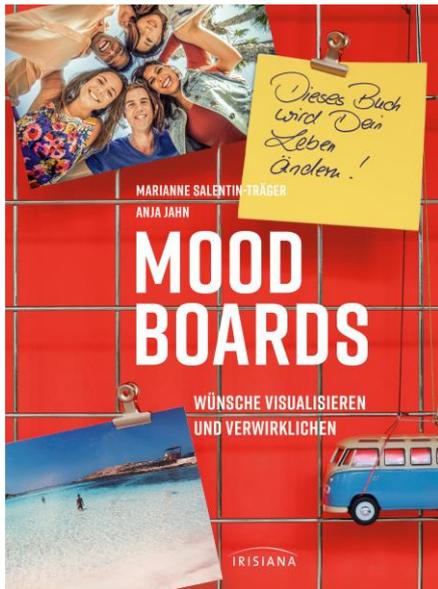


## Motivierende Anleitung zum Glücklichsein:

### **„MOODBOARDS – Wünsche visualisieren und verwirklichen“ – Inspirierende Lektüre von Marianne Salentin-Träger und Anja Jahn**



Bildquelle: Anja Jahn

Frankfurt am Main, den 14. November 2019. Die Frankfurter Autorin Marianne Salentin-Träger und die Fotografin Anja Jahn haben ihr gemeinsames Inspirations- und Motivationsbuch "MOODBOARDS – Wünsche visualisieren und verwirklichen" veröffentlicht. Darin geht es um die wirkungsvolle Kraft von Bildern, wie sie Gedanken beeinflussen und welche Rolle dabei unsere Gefühle spielen. Mit der Moodboard-Technik ist es leicht herauszufinden, was man wirklich möchte, um anschließend seine Wünsche einen Schritt nach dem anderen zu realisieren.

Salentin-Träger beschreibt, wie sie auf die Idee kam, Moodboards als Hilfsmittel für ihren Lebensweg einzusetzen, warum das Visualisieren so kraftvoll ist und wie sie dadurch den Sänger Sting traf. Anja Jahn hat für das Buch zwölf Gäste portraitiert, die ihre Erfahrungen mit der Kraft des Visualisierens beschreiben und Einblicke in ihre Moodboard-Projekte geben, darunter die ARD-Wetterchefin Silke Hansen, die Deutsche Meisterin im Duathlon Katja Kruse, die Verlegerin Dr. Marcella Prior-Callwey und der Frankfurter Food-Fotograf Markus Bassler.

"Für jedes neue Jahr gestalte ich ein Moodboard mit meinen wichtigsten Zielen und Wünschen und bin verblüfft, was ich in den vergangenen Jahren bereits realisiert habe", so die Autorin und C&C-Inhaberin Marianne Salentin-Träger. Und weiter: „Ein Moodboard ist die perfekte Inspiration zur Umsetzung von Projekten, ob beruflich oder privat. Ich spreche aus Erfahrung!“. Für 2020 plant die Autorin die Veröffentlichung der englischsprachigen Ausgabe von MOODBOARDS.

Das 160-seitige Buch im A5 Format entstand in Zusammenarbeit mit dem mehrfach ausgezeichneten Frankfurter Art-Direktor Oliver Hick-Schulz, der auch das Konzept und Design des gemeinsamen Zypern-Bestsellers verantwortet.



„MOODBOARDS – Wünsche visualisieren und verwirklichen“, erschienen 2019 bei Random House, ISBN 978-3-424-15353-8, Preis von € 18,00, Kindl € 13,99, erhältlich über Amazon. Für Rezensionsexemplare eine Mail an: [christiane.kochseder@randomhouse.de](mailto:christiane.kochseder@randomhouse.de)

C&C Contact & Creation GmbH mit Sitz in Frankfurt am Main ist eine Kommunikationsagentur. Sie verlegt hochwertige und zeitlose Bücher, wie den Kochbuch-Bestseller „Cyprus – a culinary journey“, der 2014 auch in Deutsch und 2017 in Russisch erschien. Das Werk wurde international mit sieben Auszeichnungen geehrt. C&C zählte 35 Jahre zu den TOP-Agenturen der Reisebranche in Deutschland. Die Agentur betreute nationale wie internationale Unternehmen und Institutionen.