



www.sinnweiser.de

Ansprechpartner:

Robert Deiss (Geschäftsführer)

Tel.: +49 176 – 307 368 20

business@sinnweiser.de

www.sinnweiser.de





INHALT

WO DIE REISE HINGEHT	3
KERA RACHEL COOK	5

WO DIE REISE HINGEHT

– Berufliche Orientierung mal anders –



Junge, lern was Anständiges! Ohne 1er-Schnitt kann ja gar nichts aus dir werden! Du musst Studieren, mach ja keine Ausbildung! Wer richtig Geld verdienen will, studiert Wirtschaft! Oder auch nicht ...

Albert Einstein hätte nie die Relativitätstheorie entwickeln können, hätte er sich nach der Meinung anderer gerichtet. Apple wäre nicht Apple, wäre Steve Jobs nicht seinen eigenen Weg gegangen. Und Greta Thunberg wäre einfach nur eine Schülerin, hätte sie nach den Regeln der Anderen gespielt.

Den Weg zu gehen, den vor einem schon tausende anderer Menschen gegangen sind, bringt einen selten an unentdeckte Orte. Aber nur an unentdeckten Orten lassen sich echte Innovationen finden. Es gibt Orte, die nur ein einziger Mensch überhaupt entdecken kann: Du!

Ich bin immer meinen eigenen Weg gegangen, von klein auf, und daran lasse ich die jungen Menschen teilhaben. Ich nutze meine Erfahrungen, um ihnen zu helfen, ihren eigenen Weg zu entdecken:

- Die Teilnehmenden erkennen, wie wichtig es ist, herauszufinden, wer sie sind und was sie als Mensch wirklich ausmacht.
- Sie wissen, wie sie ihre Fähigkeiten und Talente nutzen können, um ihr persönliches sowie berufliches Leben zu gestalten.
- Sie verstehen, wie unabdingbar es ist, die eigenen Träume und Ziele zu kennen, um eine erfolgreiche Berufslaufbahn einzuschlagen,
- Sie entwickeln ein Bewusstsein dafür, was sie von ihrem zukünftigen Job erwarten.
- Sie lernen Menschen kennen, die sie in ihrer Vorbildfunktion auf ihrem weiteren Weg motivieren.

Dank anschaulicher Beispiele, konkreter Denkanstöße und Werkzeuge, die sie auf ihre eigenen Erfahrungen übertragen können, bekommen die Teilnehmenden einen vollkommen neuen Blick auf das Thema berufliche Orientierung und Lust darauf, neue, eigene Wege zu beschreiten.

WAS DU SONST NOCH WISSEN MUSST

IMPULS-VORTRAG

- Sinnweiserin: Kera Rachel Cook
- Zeitlicher Rahmen: 90 min + 30 min Nachlauf
- Teilnehmende: **Schüler:innen (ab Klasse 8)**
- Anzahl: 1-3 Klassenstufen
- **Optional:** Die Teilnehmenden erhalten im Anschluss an den Vortrag ein **hochwertiges Workbook**, in dem sie angeleitet werden, die Vortragsinhalte in ihrem Leben umzusetzen.

KERA RACHEL COOK

"Alles, was du zu tun hast, ist, dich jeden Tag ein kleines bisschen besser zu fühlen." – Lola Jones



Ihre Erlebnisse als international arbeitendes Model und ihre damit einhergehenden Erfahrungen mit einer langjährigen, erfolgreich überwundenen Essstörung haben Kera aufmerksam werden lassen auf das Ungleichgewicht unserer Gesellschaft, in welcher der Wert eines Menschen über Leistung, Erfolge und Prestige ausgemacht wird. Seit Mitte 2015 hat sie bereits über 400 Vorträge und Workshops an Bildungseinrichtungen in Baden-Württemberg, Bayern und NRW zu Themen wie Essstörungen, Körperbewusstsein und dem Einfluss der Medien auf das Selbstwertgefühl gehalten.

Innere Ruhe findet sie neben Ihrer Arbeit unter anderem in der Natur, bei der Meditation, im Yoga und im christlichen Glauben, zu dem sie sich durch ihre Taufe im Erwachsenenalter bekannt hat.

VITA

Sinnweiser, Gründerin (2021)
MA Literatur- und Kulturtheorie, Eberhard Karls Universität Tübingen (2017)
choose now, Gründerin (2017)
choose GbR, Gründerin (2016)
BA Allgemeine Rhetorik und internationale Literaturen, Eberhard Karls Universität Tübingen (2013)
Schauspielausbildung, zwei Semester, Freie Schauspielschule Hamburg (2008-2009)

QUALIFIKATIONEN

Ernährungsberatung S-Lizenz, IST – Studieninstitut (2015)
Entspannungstrainer – Kursleiterlizenz Autogenes Training, IST – Studieninstitut (2015)
Fitnessstraining B-Lizenz, IST – Studieninstitut (2014)
Moderation, Präsentation, Interviewführung, Eberhard Karls Universität Tübingen (2013)



PRESSE (AUSWAHL)

ARD Buffet
KIKA – Kinderkanal
Kirchenfernsehen
Markus Lanz
Nachtcafé („Der Preis der Schönheit“)
Sat.1 Frühstücksfernsehen
Spiegel
Spiegel.online
Stern
Stuttgarter Zeitung
SWR1 Leute
SWR Landesschau Baden-Württemberg
WDR Lokalzeit Bergisches Land
WDR Lokalzeit OWL
ZDF tivi

PUBLIKATIONEN

„Mama, Papa & Knöpfchen – Zwei Schwangere reden mehr als eine(r)“, BOD (2020)
„Lieblingskörper: Wohlfühlich statt Wunschgewicht“, BoD (2019)
„Hässliches Entlein war gestern – Meine Essstörung, meine Geschichte“, KDP (2017)
„Vom Mädchen zum Model – Faszination *Germany's Next Topmodel*“, KDP (2017)

AUSZEICHNUNGEN

„Hässliches Entlein war gestern“, **Nr. 1 Bestseller Amazon**
„Hässliches Entlein war gestern“, Nominierung: **Amazon Kindle Storyteller X Award** 2017 (Deutscher Selfpublishing Award)

VIDEOS (AUSWAHL)

[Kirchenfernsehen](#)
[SWR Nachtcafé](#)
[SWR Landesschau](#)

