

Presseinfo

Neues Buch: „Spar dich glücklich“ mit 386 Tipps

Von der Pandemie angestoßen – von der Inflation angeschoben

Durch eine Krise kommen mit mehr Geld im Börsel? Die Unternehmerin und Coachin Sylvia Sima zeigt Sparpotentiale mit Tipps vom Gefrierschrank bis Finanzen.

Bruck an der Leitha, 16. November 2022 - Im Buch „Spar dich glücklich“ gibt die Unternehmerin und Coachin Sylvia Sima 386 Tipps auf 167 Seiten. Sie nimmt ihre Leserinnen und Leser mit zahlreichen Beispielen an der Hand. Das reicht vom übersichtlichen Gefrierschrank, der Strom sparen hilft, bis zur Finanzübersicht, die im ersten Schritt mit Gurkengläsern durchgezogen wird. Sima, die Mutter von drei Töchtern ist, gibt weitere Anregungen zum Selbstcoaching, damit jede und jeder mit sich selbst gut umgeht. Denn wer auf sich schaut, braucht keine Frust- und Belohnungskäufe mehr. Die Spartipps finden sich in den Kapiteln Ernährung, Kinder, Kleidung, Freizeit, Garten, Gesundheit, Kochen, Kosmetik und Leben. Damit wird Sparen in der Krise leicht gemacht.

Im ersten Lockdown haben gezwungenermaßen fast alle gespart. Privat findet Sparen aber wohl oft wahllos bis willkürlich statt, beruflich hat das in der Regel mehr System.

Im ersten Lockdown hat Sylvia Sima, Inhaberin einer Marketingagentur und ausgebildete Coachin, gleich zu Beginn einen ihrer größten Kunden in Deutschland verloren. Sie dachte sich, wenn große träge Betriebe sparen können, kann ich das auch privat.

Mit diesem Ansatz entstand eine Excel-Liste mit mehr als 400 Einträgen zum Haushalten und Sparen. Dann erkannte sie: das können alle brauchen!

Nach zwei Jahren Ausprobieren und Ausarbeiten sind die Tipps erprobt, kategorisiert und in verschiedene Kapitel gegliedert. Das Buch ist locker-leicht geschrieben und reich an Tipps für die persönliche Finanzplanung bis hin zum Ende der Frustkäufe. Ja, denn neben direkten Spartipps, regt Sylvia Sima (ausgebildete Coachin) dazu an Käufe zu hinterfragen & schenkt Kraft mit gezieltem Selbstcoaching. Unkonventionelle Tipps, die einen während dem Lesen schmunzeln lassen, finden sich in den Kapiteln Ernährung, Kinder, Kleidung, Freizeit, Garten, Gesundheit, Kochen, Kosmetik und Leben.

Sie wusste aber auch nicht, dass Sie ihr Leben damit bereichert und einen glücklicheren Blick auf den Alltag entwickelt.

Sylvia Sima erklärt: „Ich möchte Anregungen zum Nachdenken geben. Mit meinem Buch „Spar dich glücklich“ möchte ich zeigen, wie wir gut durch die jetzigen Zeiten kommen.“ Und weiter: „Seit zwölf Jahren habe ich mir immer wieder die Frage gestellt: Was ist wirklich wichtig im Leben? Was brauche ich und worauf kann ich einfach verzichten? Bei Verzicht kommt auch das Thema Sparen auf. Wenn man den Blickwinkel ändert, dann ist Sparen auf einmal ganz einfach. Und noch besser, man merkt es kaum.“ Sie betont: „Ich bin keine Sparexpertin. Ich bin Nachdenkerin. Ich bin durchs Leben zu diesem Buch gekommen. Aus diesem Grund enthält das Buch viele Spartipps aus den unterschiedlichsten Bereichen – von einfach erklärter Finanzberatung mithilfe von Gurkengläsern bis zur Lagerung von

Lebensmitteln, von günstigen natürlichen Putzmitteln bis zur Kündigung von unbenutzten Apps. Alle Spartipps lesen sich locker, lustig und leicht. Warum? Weil sparen genauso easy sein kann!“

Im Buchhandel, im österreichischen Online-Buchhandel und auf Amazon erhältlich

Das Buch „Spar dich glücklich“ ist um 15,90 EUR im gut sortierten Buchhandel, online über Morawa und Thalia und auch auf Amazon erhältlich. Leseproben kann man über einen QR-Code auf der Website www.simacoaching.at einsehen. Für alle, denen das Thema Sparen, Loslassen, Neues Wagen am Herzen liegt.

Über die Autorin Sylvia Sima, MBA:

Die 58-jährige Sylvia Sima, MBA, ist Inhaberin einer Marketingagentur und ausgebildete Coachin. Seit rund 12 Jahren beschäftigt sich die Mutter von drei Töchtern privat mit dem Thema „was ist wirklich wichtig im Leben“ und hat dabei einige spannende Erfahrungen gemacht. In der Coronazeit ist das Thema „Sparen“ hinzugekommen. Das Buch „Spar dich glücklich“ ist ihr erstes Buch. Das nächste ist schon in Arbeit. Website: www.simacoaching.at

Über das Buch „Spar dich glücklich - mit diesen Tipps kommst du einfach durch eine Krise“:

Im Buch „Spar dich glücklich“ gibt die Unternehmerin und Coachin Sylvia Sima 386 Tipps auf 167 Seiten: Das reicht von Stromsparen mit einem übersichtlichen Gefrierschrank, bis zur Finanzplanung mithilfe von Gurkengläsern, das umfasst das Thema Sparen durch Reparaturen bis zur Verwendung von natürlichen Putzmitteln. Weiters enthält das Buch Anregungen zum Selbstcoaching, damit jede und jeder mit sich selbst gut umgeht. Denn wer auf sich schaut, braucht keine Frust- und Belohnungskäufe mehr. Ein Buch, das anregt nachzudenken, wann und wie man kauft und was man einsparen kann. Ein Buch, das mutig, oft auch amüsant und sinnvoll ist. Mit „Spar dich glücklich“ bleibt mehr Geld im Borsel – das Richtige für die jetzigen Zeiten. Es ist um 15,90 EUR im gut sortierten Buchhandel, online über Thalia und Morawa und auf Amazon erhältlich. Rezensionsexemplare können gerne angefordert werden.

Rückfragehinweis:

PRESSEBETREUUNG

Sag's Frieda

Kontaktperson: Milena Krznic
Mobil: +43 677 64067920
Mail: hello@sagsfrieda.at
Apollogasse 15/Top 12
1070 Wien

Kontakt mit der Autorin direkt:

Sylvia Sima
Mobil: +43 6641611833
Mail: ssima@sachen-machen.at

PRESSECORNER: ist auf www.simacoaching.at/presse/ eingerichtet. Hier finden Sie Bilder und Texte.