

„Ich habe kein Problem mit Stress. Ich mache ihn!“

Die Verlagsleiterin Verena Minoggio ist ständig auf der Suche nach guten Autoren und Themen für ihr Programm. Und stellt fest, dass sie selbst Expertin ist – besonders dazu, sich selbst Stress zu machen. Darüber könnte sie doch ein Buch schreiben! Da sie über den Vorteil eines eigenen Verlags verfügt, war es ein Leichtes, sich selbst zu überzeugen und das Buch der selbst ernannten Stressexpertin zu verlegen: *Die Stressmacherin. Komisches und Ernstes aus dem Leben einer Verlegerin*

Ich habe kein Problem, ich bin das Problem!

Stress und keine Zeit zu haben ist heutzutage normal, war Verena Minoggio überzeugt. Bis zu dem Tag, an dem sie zweierlei herausfand: Ihr lieber Mann ist immer dann besonders unleidlich, wenn er Hunger hat. Nachdem sie nicht nur mit ihm zusammen lebt, sondern auch arbeitet, hat das durchaus Auswirkungen auf ihr Nervenkostüm. Die zweite Erkenntnis, die ihr Leben veränderte, war: „Ich *habe* nicht nur Stress. Ich *mache* Stress. Mir selbst und allen anderen.“ Um dem Stress mit dem ungemütlichen Ehemann zuvorzukommen, hat sie von nun an immer eine Packung Käsewürfel dabei. An der Lösung des Stressmacher-Problems arbeitet sie noch. Ein wichtiger Schritt dahin war das Schreiben ihres Buchs. „Ich habe ein Problem mit Stress. Oder, besser gesagt: Ich *bin* das Problem. Falls Sie also Stress vermeiden wollen, gebe ich Ihnen eine faire Warnung: Weichen Sie mir aus!“, appelliert sie an ihre Leser.

Stress? Dafür habe ich keine Zeit

Verena Minoggio gelingt es, in jede noch so harmonische Situation ein bisschen Stress einzubauen. Zeit ist schließlich kostbar. Klar, sie hat viel zu tun mit all den Autoren, Manuskripten und Druckterminen. Nebenbei muss sie noch das Jour fixe mit ihren Mitarbeitern einhalten. Mit Verlagshund Cosmo ein paar Runden drehen. Mäuse aus misslichen Lagen befreien. Ein Käsegericht für den ausgehungerten Ehemann zaubern. Dazwischen selbst mal eine Kleinigkeit essen. Stress bereitet der Stressmacherin nicht nur ihr persönlicher Schweinehund, auch die Vögel im Schrebergarten zwitschern ihr vorwurfsvoll zu, wenn sie sich kurz Ruhe gönnen will. Er lauert einfach überall. Sie liest in den Büchern ihres Verlags nach und lernt: Hör auf deinen Körper, mach eines nach dem anderen, atmen nicht vergessen. Das erledigt die Stressmacherin am liebsten alles gleich in der Früh, dann hat sie den Rest des Tages frei.

Ein stressiges Autorinnen- und Verlegerinnendasein

Einmal auf die Seite der Autorin zu wechseln und ihre Texte dem Urteil anderer auszuliefern, ist für Verena Minoggio eine besondere Erfahrung. Aus den ursprünglich geplanten 30 gründlichen Berichten über das berufliche und private Verlegerleben ist nun ein Buch mit 29 kurzen Episoden geworden; die Autorin hatte einfach zu wenig Zeit und die Verlegerin schon so auf die Abgabe gedrängt. So ein Autorentdasein ist ganz schön stressig. Doch eine ausführliche Danksagung ging sich zum Glück noch aus, und nicht nur ihr eigener Verlag, sondern auch die Medienvertreter kommen darin nicht zu kurz: „Ich danke allen Journalistinnen und Journalisten, die so oft über unsere Bücher berichten: vielen Dank dafür. Es ist so wichtig für uns!“

Die Stressmacherin Komisches und Ernstes aus dem Leben einer Verlegerin

Verena Minoggio

Hardcover, 136 S.

ISBN 978-3-903090-44-6 | 14,95 Euro

ISBN E-Book 978-3-903090-36-1

erschienen im Juli 2016



Copyright Arno Eber



Verena Minoggio-Weixlbaumer gründete mit ihrem Mann den Goldegg Verlag. Als Verlagsleiterin ist sie für das Programm verantwortlich und begleitete bereits einige Bestseller von der Idee bis zur Vermarktung. In ihrem Buch outet sie sich als Stressmacherin und ist seitdem potenziellen Stressquellen in allen Bereichen des Lebens auf der Spur. Neben ihrer Tätigkeit im Verlag hält sie Vorträge und leitet Workshops zum Thema *Lektorat im Sachbuchverlag*, coacht Autoren im Einzeltraining und führt ihren Blog – wenn sie Zeit dafür hat: www.diestressmacherin.com

Die Autorin steht für Interviews und Medientermine zur Verfügung.

Pressematerial zum Download:

<http://www.goldegg-verlag.com/book/die-stressmacherin/?tab=presse>

Presserückfragen, Rezensionsexemplare, Interviewanfragen

Mag. Maria Schlager-Krüger

Goldegg Verlag GmbH

Mommsengasse 4 | A-1040 Wien

Friedrichstraße 191 | D-10117 Berlin

Tel. +43 1 505 43 76-46 Fax -20

Mobil +43 699 1440 4446

maria.schlager@goldegg-verlag.com

www.goldegg-verlag.com