Klappentext und Autorenvita nach dem Seminar bei Herrn Schickerling am 9. Mai.

Wir wollen:

Die ausführliche Inhaltsangabe erst einmal drinnen lassen, alle übrigen Elemente ergänzen (so, wie es Klaus Reinhardt vorgibt) und dann mit Herrn Schickerling klären, ob man beim Ratgeber-Exposé überhaupt eine ausführliche Inhaltsangabe benötigt

Anhang 2: Beispiel für ein Exposé

Durcharbeiten!

Klappen- bzw.Werbetext (max. 10 Zeilen)

Inhaltsverzeichnis mit Erläuterungen

Hauptzielgruppe (inkl. Deren Größe) und Nutzen des Buchs für diesen Personenkreis

Autoren

Seit annähernd 20 Jahren hilft die Unabhängige Patientenberatung, damit sich die Ottonormalverbraucher im Labyrinth der medizinischen Zusammenhänge besser orientieren können. In diese Tradition stellen wir unseren Ratgeber. Denn in der heutigen Gesellschaft fühlen sich viele Menschen gestresst, besonders an ihrem Arbeitsplatz. Und den Ärzten bleibt, wie verschiedene Studien belegen, immer weniger Zeit für Diagnosestellung und Diagnosegespräche.

Stress kann allerdings zu Schmerzen führen, die wiederum eine hohe Unzufriedenheit hervorrufen. Da ist es wichtig, dass die Betroffenen ihren Organismus besser kennen lernen.

Deshalb werden Systeme des Körpers sowie Fachbegriffe, hinter denen sich die Ärzte oft verstecken, für Jedermann verständlich erklärt. Dabei verdeutlichen wir auch den Prozess von den Ursachen einer auftretenden Krankheit bis hin zu den Behandlungsmöglichkeiten. Wir stellen einzelne Methoden wie Massage, Osteopathie oder Krankengymnastik vor, wägen ab zwischen Schul- und Alternativmedizin und gehen überdies auf die medikamentöse Behandlung ein.

Vor allem wollen wir aber Empfehlungen geben, was die Patienten unternehmen können, um ihr persönliches Wohlbefinden zu steigern. Verknüpft mit der „Achtsamkeitsbasierten Stressreduktion“, die Jon-Kabat Zinn ursprünglich für die ambulante Versorgung von Stresspatienten entwickelt hat, wenden wir uns vier zentralen Bereichen zu: sportlichen Aktivitäten, gesundheitsfördernder Ernährung, Schlaf und Entspannung.

Vervollständigt wird unser Buch durch eine Liste von Verbänden und anderen Einrichtungen, die mit ihrem Infomaterial oder Gesprächsangeboten dazu beitragen könnten, dass sich Schmerzen lindern oder vermeiden lassen. Hierfür haben wir auch Experteninterviews geführt, die Sie auf unseren Webseiten finden. ([www.oliver-dietrich.de](http://www.oliver-dietrich.de) und [www.daniela-preiss.de](http://www.daniela-preiss.de))