



Martina Helfrich, Christine Schlitt,  
#shedoesfuture  
**In my Girly Era – Dein Journal**  
Empowerment und Selfcare mit  
Expertentipps von #shedoesfuture

Softcover mit Gummibändchen  
160 Seiten, 17,2 x 21 cm

ISBN 978-3-7358-9206-5  
€ (D) 14,99 / € (A) 15,50

ab 12 Jahren

## JUST A GIRL WITH GOALS

Dieses Eintragebuch bietet den idealen Start, um sich selbst in der eigenen Girly Era noch besser kennenzulernen. Das Journal enthält jede Menge inspirierende Fragen und viel Platz zum Eintragen für persönliche Gedanken, Erlebnisse und Interessen. Umfassende Informationsseiten liefern spannendes Wissen rund um die Themen Selbstbewusstsein, Mädchen-Sein, Empowerment, Bodypositivity, Pubertät, Menstruation, Finanzen und Soziale Medien. Praktische Tipps und Erklärungen von den Expert:innen von #shedoesfuture ergänzen das Journal.

### Über #shedoesfuture:

#shedoesfuture gUG ist eine gemeinnützige Organisation zur Stärkung junger Frauen auf dem Weg in ihre eigene Zukunft, um sie auf ihrem Weg informierte, selbstsichere und respektvolle Mitglieder unserer Gesellschaft zu werden zu begleiten.

#shedoesfuture bietet den Raum, die eigenen Talente zu entdecken, den Selbstwert zu erkennen und im jungen Alter bereits ein Netzwerk von Kontakten zu positiven Vorbildern unterschiedlicher Berufe aufzubauen. Hierzu bietet die Organisation Workshops, Kurse und regelmäßige Angebote in den eigenen Räumen, wie auch Institutionen, online und digital an.

