

# DEIN 7-TAGE-FAHRPLAN: Mit Pinterest & Blog zu deinen ersten Einnahmen



*Starte smart & strukturiert. Jeden  
Tag ein Mini-Schritt Richtung  
Online-Business, das wirklich zu  
dir passt.*

BY PETRA WEISSTEINER



## Bist du bereit, loszugehen?

---

Du spürst, dass da mehr in dir steckt.

Mehr als To-dos und Termine. Mehr als das Gefühl, ständig für andere da zu sein, aber dich selbst dabei zu vergessen.

Du willst etwas Eigenes. Etwas Sinnvolles. Und ja, es darf gern auch Geld bringen.

Vielleicht hast du schon von Pinterest gehört. Oder von Blogs.

Aber wo anfangen?

Mit dieser 7-Tage-Challenge bekommst du ein Fundament. Kein Blabla, kein zu viel. Sondern jeden Tag ein klarer, machbarer Schritt – direkt aus der Praxis.

✦ **Pinterest bringt dir Reichweite.** Dein Blog baut Vertrauen auf. Und gemeinsam legen sie den Grundstein für dein Online-Einkommen.

Du musst keine Technik-Expertin sein. Nur den Mut, loszugehen.

“*Du musst nicht laut sein, um gehört zu werden.  
Du darfst leise starten, aber klar.*”

Weniger Stress. Mehr Sichtbarkeit.  
Dein Business beginnt hier.

# Über Mich



Hallo, ich bin Petra. Bloggerin, Online-Business-Mentorin und Mama. Ich kenne das Gefühl, abends erschöpft ins Bett zu fallen und trotzdem zu denken:

„Da ist mehr in mir. Ich will mein eigenes Ding machen. Ich will sichtbar werden. **Und ich will auch Geld damit verdienen.**“

Als ich damals mein erstes Pinterest-Board erstellt habe, hatte ich keine Ahnung von Online-Marketing.

Aber ich hatte diesen Wunsch: frei zu sein, selbstbestimmt zu arbeiten und mein Wissen weiterzugeben.

Heute verdiene ich mit meinem Blog und Pinterest meine ersten echten Online-Einnahmen – Schritt für Schritt.

Und genau das gebe ich weiter. Klar, ehrlich und machbar.

Dieses Workbook ist dein Start. Und vielleicht auch dein Wendepunkt.

Du musst nicht perfekt sein – du musst nur losgehen.

Ich freu mich, dich ein Stück begleiten zu dürfen!

*Petra*

Weniger Stress. Mehr Sichtbarkeit.  
Dein Business beginnt hie

# Dein Fahrplan auf einen Blick

---

## 01 Dein Online-Business-Kompass

Finde Klarheit: Was willst du wirklich – und was hält dich noch zurück?

## 02 Pinterest: Dein Traffic-Booster

Starte mit deinem Pinterest-Business-Profil – in 15 Minuten einsatzbereit.

## 03 Dein Blog: Das Herz deines Business

Was willst du teilen – und was suchen andere? Dein erstes Blogthema wartet.

## 04 So findest du virale Pinterest-Ideen

Lerne, wie du Keywords findest, die dir Sichtbarkeit bringen.

## 05 Dein Mini-Content-Plan

Setze einen klaren Content-Fokus: Blogartikel + Pinterest-Pins in Synergie.

## 06 Erste Einnahmen mit Affiliate-Marketing

Monetarisieren leicht gemacht – auch ohne eigenes Produkt.

## 07 Dein Action-Plan für die nächsten 7 Tage

Fokus statt Überforderung: Schritt für Schritt zu deinem Momentum.





# 01 Dein Online-Business-Kompass

✨ Klarheit entsteht nicht im Kopf, sondern durchs Tun.

Viele Frauen denken, sie brauchen erst den perfekten Plan, bevor sie starten.

Doch die Wahrheit ist: Der Plan entsteht unterwegs.

Heute schauen wir auf das, was wirklich zählt: auf dich.

Denn dein **Business soll zu dir passen**. Nicht umgekehrt.



## Mini-Aufgabe:

Nimm dir 10 ruhige Minuten. Beantworte ehrlich:

1. Was sind meine 3 größten Wünsche für mein zukünftiges Business?
2. (z. B. mehr Freiheit, ortsunabhängig arbeiten, finanzielle Sicherheit...)
3. Was hält mich bisher zurück?
4. (z. B. Technik, Selbstzweifel, fehlender Fokus...)

**Notiere alles. Nichts ist falsch.**

Du wirst sehen: Das ist dein innerer Kompass.



# Ein Online-Business zu starten, beginnt nicht mit Technik – sondern mit dir.

Dein **innerer Kompass** zeigt dir, wofür du losgehst.

Und genau das brauchst du, wenn du:

- dich mal wieder verzettelst
- tausend neue Ideen hast
- oder der Mut dich verlässt

Denn Klarheit schützt dich vor Überforderung.

Deshalb hast du gestern deine Wünsche & Blockaden notiert.  
Das war kein Mindset-Spielchen – das war Strategie

**„Wenn dein Warum stark ist,  
findet sich das Wie von selbst.“**



## Reflexionsimpuls:

**1** Was darf in meinem Business auf keinen Fall fehlen?

**2** Wie soll sich mein Alltag als Selbstständige anfühlen?

**3** Was will ich ab heute anders machen?

Weniger Stress. Mehr Sichtbarkeit.  
Dein Business beginnt hier

# 02

---

## Pinterest: Dein stiller Traffic-Booster

✦ ***Pinterest ist keine Social Media.  
Es ist eine Suchmaschine!***



Instagram ist laut. **Pinterest ist leise** – aber unglaublich mächtig.

Denn dort suchen Menschen gezielt nach Ideen, Lösungen, Anleitungen.

Du musst nicht tanzen oder reden. Du musst einfach sichtbar sein.

Heute legen wir den Grundstein für deinen Pinterest-Erfolg.

## Mini-Aufgabe

Erstelle ein kostenloses **Pinterest-Business-Konto** (falls noch nicht vorhanden)

1. Lade ein Profilbild hoch (gern dein echtes Gesicht – Vertrauen entsteht durch Nähe)
2. Fülle dein Profil aus mit:
  - deinem Namen
  - einer kurzen Beschreibung deiner Expertise
  - einem Link zu deiner Website oder Linktree (wenn schon vorhanden)

Extra-Tipp: Nutze Worte wie „Blog“, „Tipps“, „Online Geld verdienen“, das liebt der Pinterest-Algorithmus.



## 🌿 Pinterest-Tipps für deinen Start

- **Profilbild:** Zeig dein Gesicht – Nähe schafft Vertrauen.
- **Name:** Nutze Vorname + Keyword, z. B. Anna | Pinterest-Tipps
- **Beschreibung:** Schreib, wem du wie hilfst
- (z. B. Ich helfe Frauen, mit Pinterest sichtbar zu werden.)
- **Keywords:** Begriffe wie Blog, Tipps, Online Geld verdienen einbauen – sie wirken wie Magnete!



*Sichtbar wirst du nicht durch Perfektion – sondern durch Klarheit.*

Weniger Stress. Mehr Sichtbarkeit.  
Dein Business beginnt hier





# 03

## Dein Blog: Das Herz --- deines Business

“

✦ *Dein Blog ist deine Bühne. Du bist die  
Botschaft.*

Pinterest ist genial, um Besucher\*innen auf dich aufmerksam zu machen. Aber: Vertrauen entsteht erst, wenn sie ankommen.

Dein Blog ist wie dein **Online-Zuhause**.

Hier kannst du zeigen, was du weißt und wer du bist.

Und genau das bringt am Ende auch Verkäufe, Anfragen oder Empfehlungen.

Du brauchst dafür keine „Content-Maschine“.

Nur einen ehrlichen Start. Mit einem Thema, das dich wirklich bewegt – und bei dem du anderen wertvoll weiterhelfen kannst.

**„Du brauchst kein lautes Marketing – wenn du klar zeigst, wofür du stehst.“**

Mini-Aufgabe:

Wähle dein erstes Blogthema.

Stell dir dazu diese Fragen:

- Worüber könntest du ewig reden?
- Was fragen dich andere oft?
- Was suchst du selbst immer wieder online?

👉 Tipp: Kombiniere Leidenschaft + Lösung für andere.

(z. B. „Zuckerfrei leben als Mama“, „Pinterest für Einsteigerinnen“, „Natürlich schön mit DIY-Kosmetik“)

Weniger Stress. Mehr Sichtbarkeit  
Dein Business beginnt hier

# 04 So findest du virale Pinterest-Ideen

✦ Pinterest verrät dir, was deine Zielgruppe wirklich sucht.

Viele glauben, sie müssten ständig neue Inhalte erfinden.

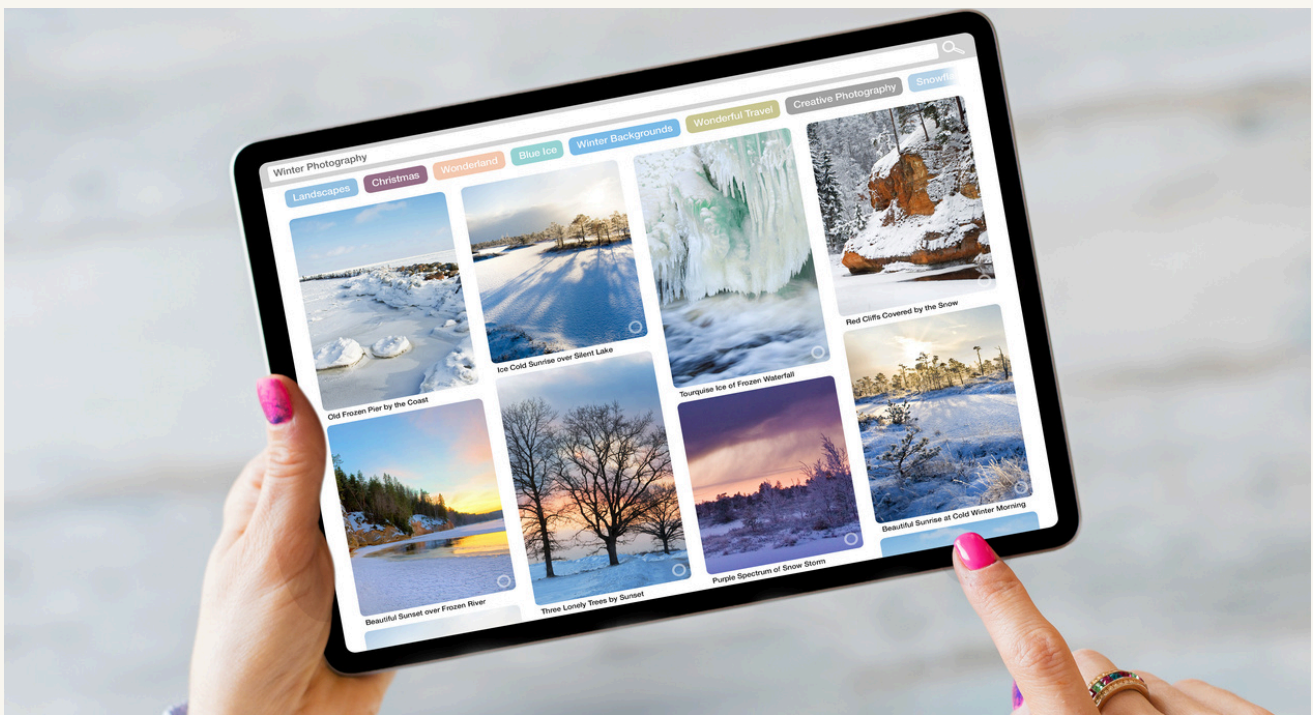
Aber die Wahrheit ist: Pinterest zeigt dir bereits, wonach gesucht wird.

Wenn du lernst, die richtigen **Keywords** zu finden,

baust du Inhalte, die gefunden werden, ganz ohne Ads oder Follower.

Das ist das Geheimnis hinter Pinterest:

Du sprichst nicht in den leeren Raum, sondern in einen aktiven Suchstrom.







**Du brauchst kein Profi-Tool. Die Pinterest-Suche selbst ist dein bester Spickzettel.**

Mini-Aufgabe:  
Mach eine Pinterest-Suche zu deinem Herzensthema

→ Notiere 3  
Suchbegriffe + 3  
konkrete Pin-Ideen  
dazu.

1. Geh zu **www.pinterest.de**
2. Tippe ein Stichwort ein, z. B. „Online Geld verdienen“, „Mama Business“ oder „Pinterest Tipps“
3. Schau dir an, welche Vorschläge Pinterest automatisch ergänzt
4. Notiere dir 3–5 Begriffe, die zu deinem Thema passen
5. Überlege dir 3 Pin-Ideen, z. B.:
  - 7 Tipps, wie du mit Pinterest starten kannst“
  - „So findest du dein Blogthema – auch ohne Plan“
  - „Online Geld verdienen: 3 Wege, die du sofort umsetzen kannst“

Weniger Stress. Mehr Sichtbarkeit.  
Dein Business beginnt hier



# 05

## Dein Mini-Content-Plan

✨ **Sichtbarkeit entsteht durch Struktur, nicht durch Dauerstress.**

Viele glauben, sie müssten täglich posten, um sichtbar zu sein.  
Aber genau das führt oft in die Überforderung und irgendwann in den Stillstand.

Die Wahrheit ist:

Ein einfacher, klarer Content-Plan bringt dir mehr Fokus und bessere Ergebnisse als tägliches Herumrennen.

Heute baust du deinen ersten Mini-Plan:

Blogartikel + Pinterest-Pins – ganz ohne Stress, dafür mit System.





## So funktioniert dein Mini-Plan

Mini-Aufgabe:  
Wähle ein Thema für  
deinen ersten  
Blogartikel.  
Erstelle dazu drei  
einfache Pin-Ideen –  
jeweils mit leicht  
verändertem Titel  
oder Blickwinkel.

1 **Blogartikel** = 3 Pinterest-Pins

So einfach kann Content-Recycling sein.

Denn auf Pinterest suchen Menschen nicht nur eine Lösung,  
sondern verschiedene Wege, sie zu entdecken.

jeder Pin ist wie ein neuer Einstiegspunkt zu deinem Blog –  
und damit auch zu deinem Angebot.

### **Beispiel:**

Thema: „Online Geld verdienen als Mama“

→ Blogartikel: „So habe ich meine ersten 100€ mit Pinterest  
verdient“

→ Pins dazu:

- „Meine 3 besten Einnahmequellen“
- „Pinterest-Strategie für Anfängerinnen“
- „Diese Fehler haben mich Zeit & Geld gekostet“

# 06

## Erste Einnahmen mit Affiliate-Marketing

✦ Du brauchst kein eigenes Produkt, um Geld zu verdienen.

Viele glauben, sie müssten erst monatelang ein **E-Book** schreiben oder einen Onlinekurs bauen, bevor sie etwas verdienen dürfen.

Doch das stimmt nicht.

Mit **Affiliate-Marketing** kannst du sofort starten – ohne Lager, ohne Versand, ohne eigene Technik.

Du empfiehlst Produkte oder Tools, die du wirklich gut findest und bekommst dafür eine Provision.

Ganz ehrlich?

Das ist eine der smartesten Möglichkeiten, um erste Einnahmen online zu erzielen, vor allem, wenn du gerade beginnst.







## Affiliate-Marketing: So funktioniert's

Mini-Aufgabe:  
Notiere dir ein  
Produkt, das du  
wirklich  
weiterempfehlen  
würdest.  
Suche heraus, ob es  
dafür ein Affiliate-  
Programm gibt – und  
falls ja:  
Melde dich an und  
sichere dir deinen  
Link.

Du meldest dich bei einem Partnerprogramm an (z. B. Digistore24, Amazon oder direkt beim Anbieter), bekommst deinen persönlichen Empfehlungslink – und kannst diesen in deinem Blogartikel oder unter deinen **Pinterest-Pins** einbauen.

Wenn jemand über diesen Link kauft, bekommst du eine kleine Provision.

Ohne Mehrkosten für den Käufer.

### **Wichtig:**

Empfehl nur Produkte, die du selbst kennst oder ehrlich vertreten kannst.

Vertrauen geht vor – immer.

Weniger Stress. Mehr Sichtbarkeit.  
Dein Business beginnt hier



# 07 Dein Action-Plan für die nächsten 7 Tage

✦ Erfolg entsteht nicht durch Wissen: sondern durch Umsetzung.

Du hast in den letzten Tagen wichtige Grundlagen gelegt:

**Pinterest, Blog, Content, Sichtbarkeit, und sogar eine erste Einnahmequelle.**

Jetzt geht's darum, dranzubleiben – ohne dich zu verlieren.

Denn die Wahrheit ist:

Viele hören genau jetzt auf, weil sie „noch nicht alles wissen“.

Aber du bist nicht wie viele.

Heute erstellst du dir einen kleinen, aber klaren Fahrplan für die nächste Woche.

Kein Druck – nur Struktur. Damit du in Bewegung bleibst.





## So bleibst du dran – in deinem Tempo

Mini-Aufgabe:  
Erstelle deinen  
persönlichen 7-Tage-  
Plan:  
Welche kleinen,  
konkreten Schritte  
willst du diese  
Woche gehen?  
Notiere sie in dein  
Notizfeld – und  
blocke dir Zeit im  
Kalender.

Du brauchst keine To-do-Liste mit 100 Punkten.  
Nur 5–7 kleine Schritte, die dich weiterbringen.  
Dein Plan soll dich motivieren, nicht erdrücken.

### **Beispiel für einen 7-Tage-Plan:**

Tag 1: Pinterest-Account final ausfüllen  
Tag 2: Blogthema konkretisieren  
Tag 3: 1. Blogartikel schreiben  
Tag 4: 3 Pin-Grafiken gestalten  
Tag 5: Affiliate-Link einbauen  
Tag 6: Pin veröffentlichen  
Tag 7: Artikel auf Pinterest pinnen

**Pausen sind erlaubt – Aufgeben nicht.**

Weniger Stress. Mehr Sichtbarkeit.  
Dein Business beginnt hier.





## BONUS: Meine 10 besten ChatGPT-Prompts für Pinterest & Blog

- 💡 So nutzt du die Prompts:
- 👉 Öffne [chat.openai.com](https://chat.openai.com)
- 👉 Kopiere den Prompt
- 👉 Ersetze die eckigen [Platzhalter] mit deinem Thema
- 👉 Und los geht's!

Du willst nicht nur lesen – **du willst umsetzen.**

Und zwar smart, effizient und ohne stundenlang zu grübeln?

Dann nutze **ChatGPT** wie deine persönliche virtuelle Assistentin!

Mit den richtigen Prompts kannst du dir blitzschnell Texte, Ideen und Strukturen erstellen lassen – ganz ohne Technik-Frust.

Hier bekommst du 10 erprobte Prompts, die ich selbst nutze, um meine Pinterest-Strategie, Blogartikel und Inhalte zu planen.

Weniger Stress. Mehr Sichtbarkeit.  
Dein Business beginnt hier.



✨ 1 – Blogideen generieren

„Gib mir 10 Blogartikel-Ideen zum Thema [Thema], die sich an Frauen ab 40 richten und echten Mehrwert bieten.“

✨ 2 – Pinterest-Titel schreiben

„Formuliere 5 klickstarke Pinterest-Titel zum Thema [Thema], die Aufmerksamkeit erzeugen und SEO-optimiert sind.“

✨ 3 – Pin-Beschreibung mit Call-to-Action

„Schreibe eine Pinterest-Beschreibung für einen Pin zum Thema [XY], inkl. Keywords, Nutzen und einem motivierenden Call-to-Action.“

✨ 4 – Blogartikel gliedern lassen

„Erstelle eine Gliederung für einen Blogartikel über [Thema], Zielgruppe: Frauen 40+, Stil: locker, motivierend und klar.“

✨ 5 – Fragen deiner Zielgruppe identifizieren

„Welche 5 Fragen stellen sich Frauen ab 40, die mit Pinterest starten wollen? Gib kurze, hilfreiche Antworten.“

✨ 6 – 7-Tage-Contentplan für Pinterest

„Erstelle einen Pinterest-Contentplan für 7 Tage zum Thema [XY], mit Pin-Ideen, Hook und kurzer Beschreibung.“

✨ 7 – Empfehlungs-Text für Affiliate-Produkt

„Formuliere einen kurzen, ehrlichen Empfehlungstext für das Produkt [XYZ], ohne aufdringlich zu wirken.“

✨ 8 – Pinterest-Profiltext

„Schreibe eine sympathische Bio für mein Pinterest-Business-Profil zum Thema [XY], max. 160 Zeichen.“

✨ 9 – Blogartikel-Einstieg formulieren

„Gib mir 3 verschiedene Einstiegsabsätze für einen Blogartikel über [Thema] – emotional, direkt und im Du-Stil.“

✨ 10 – Call-to-Action fürs Freebie

„Formuliere 3 Varianten eines Call-to-Actions, um mein Freebie zum Thema [XY] in einem Blogartikel zu bewerben.“

Weniger Stress. Mehr Sichtbarkeit.  
Dein Business beginnt hier.





Tipp:

Je klarer dein Input, desto besser der Output.

Und wenn du nicht zufrieden bist,  
sag einfach: „**Mach es kürzer**“,  
„**Schreibe emotionaler**“ oder „**Sprich  
meine Zielgruppe direkt an**“

Weniger Stress. Mehr Sichtbarkeit.  
Dein Business beginnt hier.

“

*„Du musst noch nicht alles  
wissen.*

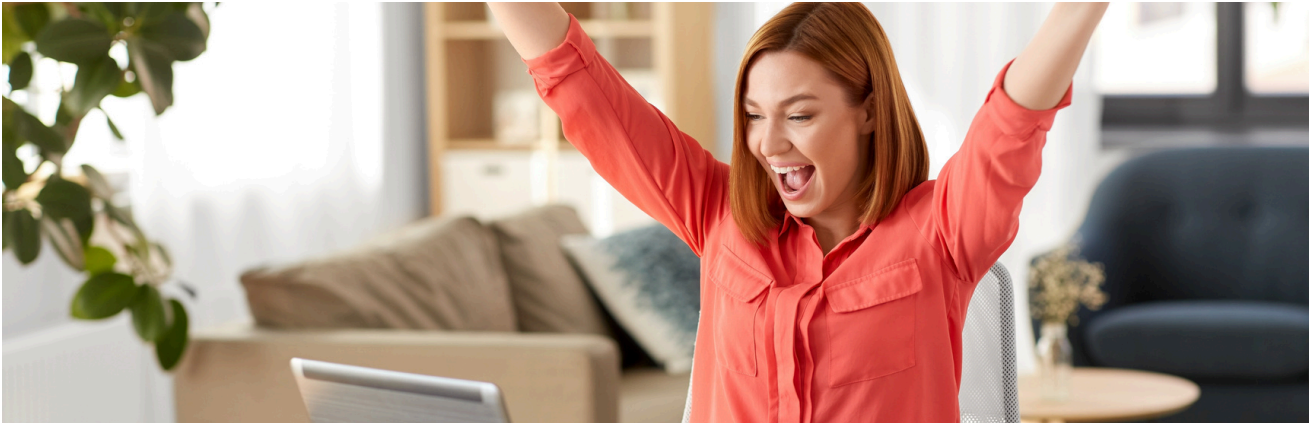
*Du musst nur wissen,  
warum du losgehst.“*

- JACQUELINE THOMPSON



Weniger Stress. Mehr Sichtbarkeit.  
Dein Business beginnt hier.

# Du hast die ersten Schritte gemacht. Jetzt beginnt dein Durchbruch.



Ich weiß genau, wie es sich anfühlt, wenn  
man endlich loslegen will,  
aber nicht weiß, wo man anfangen soll.  
Mit dem Kurs „Pin Dich Reich – Die  
Pinterest 1-Million-Euro-Formel“  
habe ich mir selbst ein lukratives  
Nebeneinkommen aufgebaut,  
und das ganz ohne mich öffentlich zu  
zeigen.

Pinterest arbeitet heute für mich im  
Hintergrund:  
während ich mit meiner Familie Zeit  
verbringe, entstehen Klicks, Verkäufe und  
passives Einkommen.  
Und das Beste? Du kannst das genauso  
schaffen..

Weniger Stress. Mehr Sichtbarkeit  
Dein Business beginnt hier

# In diesem Kurs lernst du:

- Wie du deine profitablen Ideen findest und endlich sichtbar wirst
- Wie du dir eine eigene Webseite mit Blog aufbaust, die dir langfristig gehört
- Wie du ein Pinterest-Profil erstellst, das rund um die Uhr für dich verkauft
- Wie du E-Mails schreibst, die automatisch verkaufen – sogar, wenn du offline bist

## Plus:

- ✦ 100 Pin-Vorlagen & 30-Tage-Pin-Planer
- ✦ 200 Themenideen, die auf Pinterest funktionieren
- ✦ KI-Prompts, mit denen du 5 Pins in 5 Minuten erstellst
- ✦ Meine besten E-Mail-Vorlagen – erprobt & erfolgreich
- ✦ Zugang zur exklusiven Community mit Unterstützung & Motivation

**Pin dich Reich**

DEINE 1 MIO. EURO  
GEHEIMFORMEL

Pin dich Reich Online  
Kurs\*

„Jetzt ist genau der richtige Moment, um loszugehen.“



[www.onlineheldinnen.de](https://www.onlineheldinnen.de)

Hinweis: Das ist ein Affiliate-Link. Wenn du über diesen buchst, erhalte ich eine kleine Provision – für dich ändert sich am Preis nichts.