

Guidelines für deinen Gastbeitrag

Willkommen bei Marshmallow Mädchen!

Ich freue mich, dass du einen Gastbeitrag für das [Marshmallow Blogazine](#) schreiben möchtest. Vielen Dank, dass du die Palette body-positiver Informationen mit deiner Expertise erweiterst.

Bitte wende dich zum Absprechen passender Themen an mich. Themenvorschläge für einen Gastbeitrag kannst du an kathrin@marshmallow-maedchen.de schicken. Für unaufgefordert eingeschickte Beiträge kann ich leider keine Garantie auf Veröffentlichung geben.

Welche Themen passen?

Im Marshmallow Blogazine geht es um Body Positivity und Körperakzeptanz. Thematisch reicht die Bandbreite also von Selbstliebe über Sport, Fashion, Wellness bis hin zu Ernährung. Wichtiger als das Thema selbst ist die body-positive und inklusive Herangehensweise. Marshmallow Mädchen setzt sich durchaus kritisch mit Themen auseinander, die Botschaft ist aber klar: Angenommen werden, Respekt, Mut und Hoffnung.

Für wen schreibst du?

Die Zielgruppe des Marshmallow Blogazines ist zum allergrößten Teil weiblich. Die typische Leserin ist zwischen 25 und 55 Jahre alt, kommt aus Deutschland oder Österreich, trägt eine Kleidergröße zwischen 44 und 56 und hat entweder eine berufliche oder eine Hochschulausbildung. Sie hadert zwar mit ihrem Körper, sucht allerdings nicht mehr nach Diäten, sondern wünscht sich Hilfe dabei, wie sie sich selbst annehmen kann.

Die Guidelines

- Bitte schreibe einen Beitrag, der einen klaren Mehrwert für die Leserin enthält. Zur Orientierung frage dich: Wie profitiert die Leserin von meinem Beitrag? Warum ist das, was ich vorstelle, für sie von Vorteil?
- Der Beitrag darf noch nicht an einem anderen Ort erschienen sein (Duplicate Content). Unter Umständen kannst du einen älteren Beitrag umschreiben.
- Du versicherst, dass der Beitrag aus deiner Feder stammt und keine kopierten Passagen enthält.
- Bei der Strukturierung deines Beitrags kannst du dich an den vorhandenen Artikeln im Marshmallow Blogazine orientieren.
- Der Text sollte eine Länge von ca. 600 bis 800 Wörtern haben.
- Achte auf eine aussagekräftige Überschrift sowie Zwischenüberschriften.
- Wenn du mit SEO vertraut bist, arbeite mit passenden Keywords.
- Vermeide lange Schachtelsätze. Achte auf gute Lesbarkeit und ausreichend Absätze.
- Der Beitrag ist für dich natürlich Werbung. Verzichte darin aber auf Werbebotschaften und Produktwerbung. Der Fokus liegt auf dem inhaltlichen Mehrwert für die Leserin.

Die No-Nos

Marshmallow Mädchens Herangehensweise ist sehr respektvoll und inklusiv. Ein Teil des Konzeptes ist es, Überzeugungen zu hinterfragen und die Leserinnen einzuladen, das für sich selbst auch zu tun. Oftmals beschäftigt sich das Marshmallow Blogazine mit für die Leserin sensiblen und emotionalen Themen, mit denen sie sich angenommen und abgeholt fühlen soll. Deshalb sind Formulierung und Subtext wichtig.

- Hinterfrage deine eigene Motivation. Bist du überzeugt, dass nur deine Ansicht die richtige ist? Vermittle eine Option und nicht „die einzige Lösung“.
- Bewerte nicht. Gib der Leserin niemals das Gefühl, dass irgendetwas an ihr falsch ist.
- Bevormunde nicht. Wähle stattdessen Formulierungen wie „Probier mal...“ oder „Ich lade dich dazu ein...“, nutze „können“ statt „müssen“.
- Keine Verurteilung. Vermeide Einteilungen in gut/schlecht, gesund/ungesund, gut/böse.
- Kein Abnehm-Talk. Sollte sich dein Thema um Ernährung oder Gewicht drehen, musst du sehr genau auf eine nicht restriktive Wortwahl achten.

50 words for fat

Das Thema Mehrgewicht ist für die Betroffenen oftmals ein sensibles Thema. Die Wortauswahl und Neubesetzung von Wörtern spielt deshalb eine große Rolle. Bei Marshmallow Mädchen haben sich folgende Formulierungen durchgesetzt:

- dick – schlank
- Mehrgewicht, mehrgewichtig
- Plus Size (vor allem bei Mode-Themen) – Standardgrößen (statt „Übergrößen“)

Folgende Formulierungen solltest du vermeiden:

- Euphemismen: mollig, ein paar Pfund zu viel, flauschig, erotische Schwungmasse
- Bewertungen: *zu dick*, *zu viel* auf den Rippen, *gesundes* Gewicht, Wohlfühlgewicht (Diätkultur-Sprech)
- Abwertungen: dürr, Spargeltarzan, Hungerhaken, Magermodels
- !Das Wort „Übergewicht“ ist bewertend! Vermeide es in deinem Beitrag. Es findet bei Marshmallow Mädchen nur Verwendung, wenn über wissenschaftliche Studien berichtet wird oder aus SEO-Gründen in Überschriften, weil die Zielgruppe dieses Wort (leider) vornehmlich in Google-Suchen nutzt.
- normal – Bevor du in irgendeinem Zusammenhang das Wort „normal“ nutzt, frage dich, ob etwa „natürlich“ oder „Standard“ nicht treffendere Bezeichnungen wären.
- gesund – Was die Gesellschaft unter „gesund“ versteht, ist oft geprägt von der Diätkultur (schlank = gesund). Deshalb überprüfe die Verwendung dieses Wortes genau. Eventuell sind andere Bezeichnungen wie „natürlich“, „gesundheitsfördernd“ oder „gewichtsnegrale Gesundheit“ zielführender oder eine Assoziation mit Gesundheit („gesundes Gewicht“, „gesunder Lebensstil“, „gesunde Lebensmittel“) sollte komplett vermieden werden.

Was du von mir erwarten kannst

Ich stehe dir natürlich mit Rat und Tat zur Seite. Bei Fragen schreib mir gerne: kathrin@marshmallow-maedchen.de

Ich behalte mir Änderungen oder Ergänzungen deines Textes im Rahmen von Rechtschreibung und (Online-)Lesbarkeit vor. Wenn du kein_e geübt_e

Schreiber_in bist, überarbeite ich deinen Text auch gerne komplett für dich. SEO-Ergänzungen (Keywords, Alt-Attribute, Überschriften) nehme ich in der Regel vor, damit dein Beitrag bestmöglich über Suchmaschinen gefunden wird. Zudem bestücke ich deinen Beitrag mit passenden Bildern sowie einem Titelbild, sofern du keine eigenen lieferst.

Nach meiner Überarbeitung sende ich dir den Text noch einmal zu, damit du überprüfen kannst, ob alles korrekt ist.

Dein Gastbeitrag ist deutlich als solcher gekennzeichnet. Am Ende deines Texts findet sich außerdem eine Werbebox mit einem Foto (oder Logo) von dir, in der du dich vorstellst und dein Angebot verlinkt ist. Wie genau das aussieht, siehst du beispielsweise [hier](#).

Gerne können wir deinem Beitrag ein kostenloses Angebot (Freebie) hinzufügen, wenn du eines zur Verfügung stellen willst, oder ihn mit einem Gewinnspiel verknüpfen.

Nach Veröffentlichung bewerbe ich deinen Gastbeitrag über die sozialen Netzwerke, in der Marshmallow Community und in den Marshmallow Liebesbriefen. Außerdem erscheinen Gastbeiträge im Marshmallow Blogazine prominent in einer eigenen Galerie und werden dort per Zufall immer mal wieder auf der Startseite ausgespielt.

Was ich von dir brauche

- 1 Porträtfoto (oder Logo) von dir
- etwa 5 Zeilen zu dir und deinem Business. Diese Beschreibung erscheint in der Werbebox am Ende deines Beitrags.
- Links zu deiner Webseite und deinen Social Accounts (Facebook, Instagram, YouTube etc.)
- Wenn du zum Beitrag passende Bilder hast, über deren Nutzungsrechte du entscheiden darfst, schicke sie mir mit Angabe der_s Fotograf_in und ggf. einer von dir gewählten Bildunterschrift.
- Bewirb deinen Gastbeitrag gerne auf deiner eigenen Seite sowie in den sozialen Netzwerken. Verlinke Marshmallow Mädchen.
- Hast du noch Fragen? Dann melde dich gerne!

Alles Liebe

Kathrin | Marshmallow Mädchen