

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>6</b>
<b>1. Vitamin M</b>	<b>8</b>
Von den Medienprofis lernen	9
Ziele für Ihre Medienpräsenz	10
Effekte Ihrer Medienpräsenz	13
<b>2. Der Medienkreislauf</b>	<b>16</b>
Das Fernsehen	17
Die Printpresse	22
Das Internet	26
Die eigene Website	29
Das Buch	34
<b>3. In die Medien kommen</b>	<b>36</b>
Passiv: Lassen Sie sich von Redaktionen finden!	37
Aktiv: Sprechen Sie Redaktionen an!	41
Suchmaschinenmarketing	48
So gewinnen Sie: Dos im Umgang mit den Medien	52
So nicht! Don'ts im Umgang mit den Medien	56

<b>4. Ihr Auftritt</b>	<b>60</b>
Das Publikum gewinnen	61
Ihre Auftrittsregeln	63
Nach dem Auftritt	75
<b>Just do it!</b>	<b>77</b>
<b>Die Autorin</b>	<b>78</b>
<b>Weiterführende Literatur</b>	<b>79</b>
<b>Register</b>	<b>80</b>