

Anzeigeprobleme? [Öffne diese E-Mail in deinem Browser.](#)



## Pro Exzellenzia plus-Newsletter

Mai 2024

Herzlich Willkommen zum Mai-Newsletter!

Der Frñhsommer lässt sich durch diese turbulenten Zeiten nicht aufhalten und spendet Wärme, Licht und Zuversicht und so manche hält inne und staunt ob der wunderschönen Blütenpracht. Licht ist auch der rote Faden dieses Newsletters, denn wir möchten Frauen\* und Themen „an Licht bringen“ – so haben wir auch unsere gemeinsame Reihe mit der Helmut-Schmidt-Universität genannt. Sie startet am 29.5. und nimmt zunächst die Sichtbarkeit von Nachwuchswissenschaftlerinnen in den Fokus, mehr dazu weiter unten in dieser Ausgabe.

In unserer nächsten Vortragsveranstaltung übermorgen (16.5., Anmeldung noch möglich!) stellen wir die Frage: „Warum führst Du nicht?“ Führung ist ja zunächst nur ein Phänomen, das sich zeigt, wenn Bewegung in eine bestimmte Richtung entstehen soll - meistens dahin, wo wir etwas Schönes, wo wir Licht vermuten, um uns und die Welt gestalten zu können. Die Komplexität von Führung kann aber auch abschrecken und das Konstrukt „Führung“ ist häufig gut geschützt und teils mit mächtigen Mauern versehen. Es geht u.a. mit hohen Erwartungen und Zeitinvestition einher, die viele ausschließen.

Bringen wir zusammen ans Licht, wie Führung passend sein kann!  
Viel Freude auch mit unserem Mai-Newsletter!

Unser Newsletter informiert darüber,

- was bei uns demnächst stattfindet und wo es noch freie Plätze gibt,
- [was wir erlebt haben und mit Ihnen und Euch teilen wollen](#) und
- [was wir spannend finden!](#)

Er kann natürlich nur eine kleine Auswahl zeigen, damit er „lesbar“ bleibt. Und auch für die Lesbarkeit haben wir uns für ein respektvolles "du" in der Anrede entschieden.

Viele Grüße vom Pro Exzellenzia plus-Team



## Ehemalige Stipendiatinnen – bitte meldet euch!

Liebe Stipendiatinnen-Alumnae von Pro Exzellenzia,

wir bereiten gerade eine Gala für den Herbst vor und möchten euch gerne dazu einladen!  
Wenn ihr in den letzten 14 Jahren Stipendiatin wart, meldet euch doch bitte kurz bei uns, damit wir eure Adressen aktualisieren bzw. weiter verwenden können: [pro-exzellenzia@hamburginnovation.de](mailto:pro-exzellenzia@hamburginnovation.de)



## Was bei uns demnächst stattfindet - unser Veranstaltungsprogramm



### Workshop-Programm

#### Unser Workshop-Programm 2024

Das Programm bildet die Themen ab, die wir wichtig finden, um euch angemessen auf euren Karrierewegen in Richtung Führung zu begleiten und zu unterstützen. Wie gewohnt folgt auf jeden Workshop, ob online oder in Präsenz, eine Blended-Learning-Phase zum Nacharbeiten und Weiterverfolgen der Themen.

Alle Veranstaltungen findet ihr auf unserer [Website](#) und übersichtlich in unserem [Workshop-Flyer \(PDF-Download\)](#).



## Weitere Workshops im ersten Halbjahr

- [Deep Work: Das Geheimnis produktiver Mütter](#)

Online-Workshop am 28.05. & 29.05.2024

Mit Deep Work hat MIT-Wissenschaftler Cal Newport eine Methode entwickelt, die es ermöglicht, Aufgaben mit dem größten Wirkfaktor zu erkennen – und dann in tiefer Konzentration anzugehen. Die im Workshop

vermittelten und angewandten Methoden werden deine Arbeitsweise von Grund auf verändern und dir damit einen entscheidenden Vorteil in Ausbildung und Karriere verschaffen – und das ganz im Einklang mit einem vollen Familienalltag.

- Meine Werte. Meine Karriere. Meine Entscheidungen

Präsenz-Workshop am 04.06.2024

Ziel des Workshops ist es, sich der eigenen Karriere-Bedürfnisse klar zu werden, den Fokus für das eigene Leben zwischen den verschiedenen Rollen zu überdenken und bei Bedarf neu zu setzen und sich zu fragen: "Wie viel authentisches "Ich" steckt eigentlich in meinem Leben?"

- Spread your science – Digitale Sichtbarkeit in der Wissenschaft

Online-Workshop am 11.06. & 12.06.2024

Der Online-Workshop gibt Wissenschaftler:innen einen Überblick über alle Kanäle (Instagram, YouTube, TikTok, LinkedIn, Twitter, Mastodons, Bluesky, Google Scholar, ORCID & ResearchGate), die ihnen für ihre digitale Kommunikation zur Verfügung stehen. Sie lernen Best-Practice-Beispiele von digital erfolgreichen Wissenschaftler:innen kennen und entwickeln anschließend ihre persönliche Kommunikationsstrategie.

- Intersektionalität verstehen & anwenden in Führungspositionen

Online-Workshop am 18.06. & 02.07.2024

Intersektionalität bezeichnet ein Konzept, welches verschiedene Unterdrückungsformen, die sich in einer Person überschneiden können, in ihrer Verwobenheit zusammendenkt.

Wir werden uns u. a. mit folgenden Fragen beschäftigen: Was bedeutet Intersektionalität? Wo liegen die Ursprungsideen des Konzepts? Welche verschiedenen Diskriminierungs- und Identitätskategorien gibt es? Wie kann ich meine Privilegierungs- und Diskriminierungserfahrungen reflektieren? Wie kann ich mich sensibilisieren und Handlungs- und Gestaltungsmacht in der Führungsposition nutzen?

**Anmeldungen direkt über die hinterlegten Links.**



**Das Jahresprogramm im Überblick: Alle Veranstaltungen**

**Zu den Workshop-Anmeldungen**



**Vortrags- und  
Kooperationsveranstaltungen**



**Anmeldung noch möglich - Online-Vortrag am 16.5., 10-13 Uhr:**

**„Warum führst Du nicht? – Macht, Politik und Mikropolitik als führende Frau\*“**

„Warum führst Du (noch) nicht?“. Ist dir diese Frage schon mal im Kontext deiner beruflichen Rolle begegnet? Oder wird doch eher davon ausgegangen, dass Frauen andere Prioritäten haben, als eine Führungsrolle zu übernehmen?

Dieser interaktive Vortrag widmet sich zentralen Aspekten der Frauenförderung in Führungspositionen und untersucht das ambivalente Bild der Führungskraft im Genderkontext.

**Anmeldung** noch bis 15.05.2024, 15 Uhr, [online möglich](#) - ganz kurzfristig auch per E-Mail an [pro-exzellenzia@hamburginnovation.de](mailto:pro-exzellenzia@hamburginnovation.de)



## Ans Licht: Sichtbarkeit von Nachwuchswissenschaftlerinnen

Eine Kooperationsveranstaltung der Zivilen Gleichstellungsbeauftragten an der Helmut-Schmidt-Universität/ Universität der Bundeswehr Hamburg und Pro Exzellenzia plus.

Verschiedene Studien liefern Hinweise darauf, dass Frauen und Männer in ihren wissenschaftlichen Leistungen unterschiedlich wahrgenommen und bewertet werden. Dabei erscheinen männliche Wissenschaftler tendenziell bevorteilt gegenüber ihren weiblichen Kolleginnen. Dieser männliche Bias in der Leistungs- und Exzellenzwahrnehmung führt mit dazu, dass viele fähige und talentierte Wissenschaftlerinnen das Hochschulsystem wieder verlassen und damit ihr Potenzial in Forschung Lehre verloren geht.

Doch was wird überhaupt als wissenschaftliche „Exzellenz“ wahrgenommen – und was verstehen jüngere Wissenschaftler:innen darunter? Wo und wie können und sollten sie sichtbar (gemacht) werden? Der Vortrag stellt Ergebnisse zu den genannten Themen und Fragen aus einer Interviewstudie und Workshops an verschiedenen Hochschulen im Rahmen des laufenden, von der Referentin geleiteten Forschungs- und Praxisprojekts EXENKO ([www.exzellenz-entdecken.de](http://www.exzellenz-entdecken.de)) vor.

Dieser Termin ist der erste Termin der Veranstaltungsreihe „Ans Licht“. Die weiteren Termine:

- Umgang mit Macht und Machtmissbrauch in der Wissenschaft – Machtmissbrauch als wiss. Fehlverhalten“, weitere Infos hier: <https://pro-exzellenzia.de/event/ans-licht-2/>
- Umgang mit Machtmissbrauch in der Wissenschaft – Sexualisierte Gewalt im Hochschulkontext. Anmeldung & Infos hier: <https://pro-exzellenzia.de/event/ans-licht-3/>



## 2. Female Leadership Day 2024:

"Fachliche, disziplinarische Führung oder wie?" am 27.06.2024

*Kooperationsreihe mit der Transferagentur der Universität Hamburg/ Career & Qualification Center*

Bei dieser zweiten Veranstaltung der Reihe „Female Leadership Days“ geht es um die Formen von Führung und die verschiedenen Führungsstile. Ob fachliche und / oder disziplinarische Führung als strukturelle Momente, ob autoritär, laissez-faire, partizipativ oder demokratisch – die verschiedenen Führungstheorien sind das eine, die gelebte Praxis das andere. Jeder dieser Praxen gingen Entscheidungsprozesse voraus, jede dieser Praxen bringt Chancen und Herausforderungen mit sich. Immer wieder dreht es sich um die Frage: Wer will ich sein als Führungskraft?

Im **Impulsvortrag** werden Aspekte beleuchtet, die bei der Entwicklung des eigenen Führungsstils eine wichtige Rolle spielen und helfen können als Führungskraft erfolgreich zu sein. Und auch in den **Diskussionsrunden** mit Führungskräften wird es u.a. wieder ganz individuell darum gehen, warum und wie die Gesprächspartnerin in Führung gegangen ist.

Der 3. FLD: Do 17.10.2024: Führung in Teilzeit/ im Tandem, 13:30 – 16:00 Uhr

**Ort:** Transferagentur der Universität Hamburg, Rothenbaumchaussee 19

**Anmeldung/ Buchung:** <https://pro-exzellenzia.de/event/fachliche-fuehrung-oder-wie/>



## Save the date: Lesung mit Alexandra Zykunov in der Reihe "Das liebe Geld" am 5.11.2024

*In Kooperation mit dem Zentrum für Gender und Diversity (ZGD) und dem Institut für Finanzdienstleistungen (iff)*

In unserer Reihe „Das liebe Geld“ wird am 05.11.2024 Alexandra Zykunov zu Gast sein!

Nach unseren Workshops zu Finanzen und Gehaltsverhandlungen wird Alexandra Zykunov mit ihrem Buch „*Was wollt Ihr denn noch alles?*“ bei uns zu Gast sein. Anmeldung ab August möglich!



## Leadership in Academia

Im Herbst starten wir eine neue Veranstaltungsreihe in Kooperation mit DESY COAST (Career Orientation and Skills Training for Postdocs) zum Thema Führung in der Wissenschaft:

- Workshop 1: Self-leadership in research - how to tackle 24/7 responsibilities and strive for innovation  
05.09.2024, 9-13 a.m., online
- Workshop 2: Power structures in academia - how to responsibly use micropolitical interventions for your career advancement  
20.09.2024, 9-13 a.m., online
- Workshop 3: Toolbox for changemakers - how to create sustainable change in your team  
01.10.2024, 13-17 p.m., in presence
- Workshop 4: Diversity-sensitive job application training: how to present yourself in the application process authentically  
15.10.2024, tba

Alle Termine und weitere Infos sowie Anmeldemöglichkeit unter: [Vortrags- und Kooperationsveranstaltungen](#)

Unterstützt wird diese Reihe auch von der PIER Helmholtz Graduate School & dynaMENT (eine Kooperation zwischen DESY und der UHH)



## Qualifizierung für Migrantinnen

## Anmeldestart für das Qualifizierungsprogramm 2024!

Die Anmeldephase für unser Qualifizierungsprogramm für Migrantinnen (QfM) hat begonnen!

Bewerben können sich ab jetzt bis Anfang September hochqualifizierte zugewanderte Migrantinnen (Geschlechtseintrag "weiblich") mit Erstwohnsitz in der Freien und Hansestadt Hamburg (FHH).

Die Teilnehmerinnen durchlaufen in kleinen Gruppen aufeinander aufbauende Workshops und Coachings, die sich an den Bedarfen von hochqualifizierten Migrantinnen orientieren (z. B. "Beruflich andocken in Hamburg", "Interkulturell kommunizieren und kollaborieren" oder „Auftreten & selbstbewusste Präsentation“). Ergänzt wird das Qualifizierungsprogramm durch weitere Vernetzungsangebote.

Wir freuen uns in diesem Jahr besonders über die Kooperationen mit dem Career Center der TUHH und der Agentur für Arbeit - Berufsberatung im Erwerbsleben.

**Das Programm findet statt im Zeitraum vom 04.09. bis 05.12.2024 (mehrere Termine)**

**Für Fragen zum QfM-Programm** schickt uns gerne eine E-Mail an [pro-exzellenzia@hamburginnovation.de](mailto:pro-exzellenzia@hamburginnovation.de) oder ruft uns an:

**Ansprechpartnerin:** Dr. Nina Feltz, Tel.: 040/76629-3122 (freitags ab 9:00 Uhr)

**Weiter Infos, Programm, Teilnahmevoraussetzungen und Anmeldung:** <https://pro-exzellenzia.de/qualifizierung-von-migrantinnen/>



## Stipendienprogramm

### Vorstellung unserer Stipendiatinnen

In jedem Newsletter stellen wir euch unsere Stipendiatinnen, die durch Pro Exzellenzia plus finanziell und mit Qualifizierungsangeboten unterstützt werden, kurz vor. Heute:

#### **Lisa Michel**

Ihr Projekt:

„Biotechnologische Herstellung nachhaltiger Antibiotika – Produktion eines Derivats des antimikrobiellen Peptids NK-Lysin in E. coli und P. pastoris“

Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Fakultät Life Sciences im Department Biotechnologie in Kooperation mit der Leibniz Universität Hannover



Lisa hat das Stipendium sehr gut für ihre berufliche Zukunft genutzt:

*"Dank Pro Exzellenzia plus verlasse ich meine Promotionszeit mit einem prallvollem und bunten Werkzeugkoffer in Richtung industrieller Karriere!"*

Mehr über Lisa und ihr Projekt erfahrt ihr auf unserer Website: [Stipendienprogramm](#)



## Bewerbungsberatung

Wie gestalte ich meine Bewerbungsunterlagen? Wie stelle ich mich dar mit meinem Rucksack voller Erfahrungen, Qualifikationen und Kompetenzen? Wie kann ich mich angemessen auf ein Bewerbungsverfahren vorbereiten? Und wie erstelle ich überhaupt meine individuelle Karrierestrategie?

In unserer Bewerbungsberatung kannst du dich mit unseren Beraterinnen zu deinen persönlichen Fragen und Anliegen online oder in Präsenz austauschen.

Zur individuellen Terminabsprache schreibe bitte eine E-Mail an [pro-exzellenzia@hamburginnovation.de](mailto:pro-exzellenzia@hamburginnovation.de) mit Nennung deines Hochschulabschlusses und -fachs sowie deinem Anliegen und deinem Format-Wunsch (online oder in Präsenz). Wir beraten dich gern!



## Was wir erlebt haben und mit euch teilen möchten



### „Die Zukunft von Führung?! – Erfolgreich in Teilzeit“

Wie ist es, in Teilzeit zu führen? Darüber haben sich am 25.04.2024 bei der Podiumsdiskussion „Die Zukunft von Führung?! – Erfolgreich in Teilzeit“ tolle Gästinnen ausgetauscht. Vorab gab es spannende Einblicke und Impulse zu Zahlen, verschiedenen Teilzeit-Modellen und Wegen, wie diese implementiert werden könnten von Prof. Dr. Anja Karlshaus.

Ein herzliches Dankeschön für die Moderation und Zusammenarbeit geht an unsere Kooperationspartnerinnen von der Graduiertenakademie und von der Stabsstelle Gleichstellung der TU Hamburg - und natürlich auch an Prof. Dr. Karlshaus und unsere Gästinnen Nina Bonhomme-Hoenig, Frauke Lucks und Gönke Tetens für den wertvollen Einblick in die Praxis von Führung in Teilzeit!



### Stipendiatinnen-Treffen

Ein klares Highlight unserer Arbeit: Wenn wir alle unsere Stipendiatinnen zusammenbringen!

Vor ein paar Wochen war es mal wieder so weit: Auf der Agenda stand: Sich mal so richtig kennenlernen: Was ist das Thema deines Promotionsprojektes?, Was fordert dich daran heraus?, Wobei kann man dich um Hilfe bitten?,...

Erst wurde sich in Zweier-Teams befragt, danach ging es ins Plenum und die Teams stellten die jeweilige Partnerin vor. Warum so kompliziert? Ganz einfach: Weil das eigene (Promotions-)projekt von Nicht-Fachfrauen ja manchmal simpler vorgestellt werden kann.

Mit vielen Aha-Momenten und einem tollen Austausch gesegnet schauen wir zurück und gleichzeitig voller Freude aufs nächste Stipendiatinnen-Treffen!

Ihr wollt mehr über unsere Stipendiatinnen wissen? [Hier findet ihr Porträts und Infos rund um aktuelle Stipendiatinnen und Alumnae.](#)



## Was wir spannend finden!

Hier ist eine kleine Auswahl weiterer Veranstaltungshinweise und Neuigkeiten anderer Institutionen und unserer Kooperationspartner:innen. Mehr Tipps und News auf [LinkedIn](#) und auf [Instagram](#).

### Mentoring&programm: neue Bewerbungsrunde ab 15. Juni

Das Mentoring-Programm der Transferagentur der Universität Hamburg bietet Studentinnen\* und Absolventinnen\* (Studienabschlussphase bis ein Jahr nach Studienabschluss) die Chance, sich mithilfe einer Mentorin auf einen erfolgreichen Berufseinstieg vorzubereiten.

Ab 15.06.2024 können sich Interessierte für den nächsten Durchgang (10/2024-12/2025) bewerben:

<https://www.uni-hamburg.de/career-center/qualifizierung/mentoring/mentoring-und-programm.html>

### stellenwerk Jobmesse Hamburg | 18.-20.06.2024

Vom 18.-20.06.2024 bietet die stellenwerk Jobmesse ein umfangreiches Programm: Tickets am Glücksrad für das MS DOCKVILLE, Habitat Festival, VOGELBALL & SPEKTRUM (jeden Tag ab 15:00 Uhr), große Studi-Party mit DJ, kostenloses Speed-Coaching, dein Umstyling an der Wandel-Bar für kostenlose Bewerbungsfotos, einen CV-Maker, 120 namhafte Firmen in den Exhibition Areas, Action vom Hochschulsport, Pop-Up-Stores und so viel mehr.

Am 20.6. könnt ihr uns vom Pro Exzellenzia-Team auch dort treffen!

Mehr Infos: <https://stellenwerk-jobmessen.de/hamburg-fuer-studierende/>

### Save the date: ITCS Hamburg

Merkt euch schon einmal den 21.06.2024 vor, denn da findet die ITCS Hamburg statt mit Tech Konferenz, IT-Jobmesse und Festival. Wir von Pro Exzellenzia sind auch dabei.

Mehr Infos im nächsten Newsletter und unter <https://it-cs.io/events/hamburg/>

### Stipendium Young Leadership of Tomorrow

Das Unternehmen Peek & Cloppenburg schreibt das "Young Leadership of Tomorrow - Stipendium für junge Führungskräfte" aus und lädt engagierte Studierende dazu ein, innovative Führungskonzepte für eine generationsübergreifende Arbeitswelt der Zukunft zu entwickeln. Ab dem Wintersemesters 2024/2025 werden insgesamt fünf herausragende Studierende mit einem Stipendium von jeweils 2.500 Euro unterstützt.

Einsendeschluss: 30.09.2024 Mehr Infos: <https://www.peek-cloppenburg.de/de/young-leadership-of-tomorrow>

### Karriere als HAW-Professorin | Online-Event des VDI



Der Karriereweg der HAW-Professur im Vergleich zur Universitätsprofessur noch relativ unbekannt. Um das zu ändern, bietet das 'Netzwerk VDI Frauen im Ingenieurberuf' die Online-Veranstaltung „Hochschulprofessorin — der noch unbekannte Karriereweg“ an. Ausgerichtet wird die Veranstaltung in Zusammenarbeit mit dem Karrierezentrum für professorale Entwicklung (KpE) der Technischen Hochschule Wildau.

Vortrag und Podiumsdiskussion - online, 28.05.2024, 18:00 - 19:30 Uhr. Infos und Anmeldung: <https://www.vdi.de/veranstaltungen/detail/hochschulprofessorin-der-noch-unbekannte-karriereweg>

## Angebote der Hamburg Research Academy (HRA)

Im Kursportal der Hamburg Research Academy finden Promotionsinteressierte und Promovierende hilfreiche Angebote, z. B.:

- Online Seminar: Promovieren – ist das etwas für mich? , Fr, 31.05.2024, 13:00 – 18:00 Uhr
- Online Seminar: Themenfindung und Exposé, Fr, 28.06.2024, 10:00 – 16:30 Uhr
- HRA Spotlight – Promovieren? Wissenswertes für die Entscheidung, Fr., 12 Juli 2024, 10:00 - 13:00 Uhr, Präsenzveranstaltung

Alle Termine, Infos, Anmeldung: <https://www.hra-hamburg.de/unser-angebot/kursangebot.html>

## Internationaler Tag der Familie am 28.&29.05.2024

Die Familienbüros der Universität Hamburg, der HAW Hamburg und der TU Hamburg sowie die Helmut-Schmidt-Universität veranstalten gemeinsam mit dem Hochschulsport Hamburg ein hochschulübergreifendes Programm anlässlich des Internationalen Tages der Familie am 28. und 29. Mai 2024. Die Veranstaltungen und Angebote finden in Präsenz und digital statt. Es geht insbesondere um die Themen Vielfalt im Kinderbücherregal, Pubertät, mit Kindern über Rassismus reden und Patchworkfamilien. Mehr Infos: <https://www.uni-hamburg.de/gleichstellung/gleichstellung/veranstaltungen/int-tag-der-familie.html>

## QueerHistoryMonth Hamburg im Mai

Den ganzen Mai über findet erstmals der QueerHistoryMonth Hamburg statt! An vielen Orten und Projekten der Hamburger queeren Community. Schaut gern in das vielfältige Veranstaltungsprogramm: <https://queerhistoryhamburg.de/>

## Verborgene Geschichte ans Tageslicht holen

Arme und unangepasste Menschen wurden während des Nationalsozialismus mit der diskriminierenden Bezeichnung „asozial“ verfolgt und zum Teil umgebracht. Erst 2020 wurden sie durch den Bundestag als NS-Opfer anerkannt.

Barbara Stellbrink-Kesy (Berlin) und Liane Lieske (Hamburg) berichten über ihre Recherchearbeit zu ihren „verschwiegenen“ Verwandten, und sie lesen aus ihren Beiträgen in: "Die Nazis nannten sie »Asoziale« und »Berufsverbrecher«. Geschichten der Verfolgung vor und nach 1945."

Dienstag, 28. Mai 2024, 19.30 Uhr

Ort: Frauen\*bildungszentrum DENKtRÄUME, Grindelallee 43 (Sauerberghof)

Mehr Infos: <https://www.denktraeume.de/programm/>

---

Eure Ansprechpartnerin für diesen Newsletter ist Dr. Nina Feltz.

E-Mail: [pro-exzellenzia@hamburginnovation.de](mailto:pro-exzellenzia@hamburginnovation.de)

Tel: 040 76629-3122

Impressum: <https://pro-exzellenzia.de/impressum>

Datenschutzerklärung: <https://pro-exzellenzia.de/datenschutzerklärung>



Das Projekt Pro Exzellenzia plus wird von der Europäischen Union und von der Freien und Hansestadt Hamburg (FHH) finanziert.



Kofinanziert von der  
**EUROPÄISCHEN UNION**



Ziel des Qualifizierungsprogramms von Pro Exzellenzia plus ist es, hochqualifizierte Frauen auf ihren Karrierewegen zu begleiten und sie bei der Weiterentwicklung ihrer Karriere- und Führungskompetenzen zu unterstützen.

Wir freuen uns über Rückmeldungen und Anregungen dazu, was ihr im Newsletter lesen wollt, was zu viel ist und was zu kurz kommt. Und wir freuen uns natürlich auf ein hoffentlich baldiges Wiedersehen in Präsenz oder digital!

[Abbestellen](#) | [Ihr Abonnement verwalten](#)

MailPoet