

Entwickelt für selbständige Frauen

50 HOOKS FÜR DEN SCHWEIZER MARKT



50 Hooks, die den Scroll sofort stoppen.

Kein Copy-Paste aus amerikanischen Marketing-Kursen. Keine Buzzwords, die hier niemand hört. Nur Hooks, die zur Schweizer Mentalität passen – direkt, ehrlich, ohne Hype. Jeder Hook hat ein konkretes Beispiel. Die Platzhalter in [eckigen Klammern] füllst du mit deinen eigenen Inhalten.

1 – Aufmerksamkeits-Hooks

01 Wenn es niemand sagt – dann sage ich es: [Fakt]

Bsp: Die meisten Marketing-Strategien, die du online findest, sind nicht für die Schweiz gemacht.

02 Du brauchst [gängiger Ratschlag] nicht, um [Ergebnis] zu erreichen.

Bsp: Du brauchst keinen täglichen Post, um auf Instagram sichtbar zu werden.

03 Was niemand über [Thema] sagt – aber jede wissen sollte.

Was niemand über Instagram 2026 sagt – aber jede Unternehmerin wissen sollte.

04 Viele werden das nicht hören wollen – aber: [Meinung]

Viele werden das nicht hören wollen – aber: Dein Problem ist nicht Instagram. Dein Angebot ist unklar.

05 Das stellt alles, was du über [Thema] gedacht hast, auf den Kopf.

Das stellt alles, was du über Content-Planung gedacht hast, auf den Kopf.

06 9 von 10 machen das falsch. Vielleicht auch du.

9 von 10 selbständigen Frauen machen das bei Instagram falsch. Vielleicht auch du.

07 Hör damit auf. Sofort. Ich erkläre dir warum.

Hör auf, täglich zu posten. Sofort. Ich erkläre dir warum.

08 Der grösste Fehler bei [Thema] – und kaum jemand merkt es.

Der grösste Fehler beim Thema Sichtbarkeit – und kaum eine Unternehmerin merkt es.

09 Dieser Rat klingt gut. Und schadet dir trotzdem. Hier ist warum.

„Poste täglich“ – dieser Rat klingt gut. Und schadet dir trotzdem. Hier ist warum.

10 Dieser Fehler kostet dich [Verlust] – und du merkst es vielleicht gar nicht.

Dieser Fehler kostet dich jede Woche Stunden – und du merkst es vielleicht gar nicht.

2. Story & Watch-Time Hooks

11 Ein Blick hinter die Kulissen: So läuft [Prozess] bei uns wirklich ab.

Ein Blick hinter die Kulissen: So läuft eine Lime2grow-Coaching-Session wirklich ab.

12 Was [Ergebnis] wirklich braucht – nicht das, was dir alle erzählen.

Was ein sichtbares Business wirklich braucht – nicht das, was dir alle erzählen.

13 Von null auf [Ergebnis] – und was ich auf dem Weg gelernt habe.

Von null auf CHF 10'000 Umsatz ohne Instagram-Community – und was ich auf dem Weg gelernt habe.

14 Was passiert, nachdem du [Aktion] gemacht hast? Die ehrliche Antwort.

Was passiert, nachdem du dich für ein Coaching angemeldet hast? Die ehrliche Antwort.

15 Schritt für Schritt: So mache ich [Aufgabe] – nichts ausgelassen.

Schritt für Schritt: So erstelle ich einen Monats-Contentplan in unter einer Stunde – nichts ausgelassen.

16 Ich habe das [X Tage] lang gemacht. Das Ergebnis hat mich selbst überrascht.

Ich habe 30 Tage lang aufgehört, täglich zu posten. Das Ergebnis hat mich selbst überrascht.

17 Mein grösster Fehler bei [Thema] – und was ich daraus gemacht habe.

Mein grösster Fehler beim Workshop-Konzept – und was ich daraus gemacht habe.

18 Der Moment, in dem ich [Erkenntnis] verstanden habe – und danach war alles anders.

Der Moment, in dem ich verstanden habe, dass Reichweite nicht gleich Umsatz ist – und danach war alles anders.

19 5 Dinge, die ich mir früher gewünscht hätte zu wissen.

5 Dinge, die ich mir vor meiner Selbständigkeit gewünscht hätte zu wissen.

20 Wenn ich heute nochmal von vorne anfangen würde – so würde ich vorgehen.

Wenn ich Lime2grow heute nochmal von vorne aufbauen würde – so würde ich vorgehen.

3 – Conversion Hooks

21 Der wirksamste Weg, um [Ergebnis] zu erreichen – ohne Umwege.
Der wirksamste Weg, um Kundinnen über Instagram zu gewinnen – ohne Umwege.

22 Mach das, bevor [Problem] eintritt. Ernsthaft.
Mach das, bevor du noch einen Monat ohne Anfragen bleibst. Ernsthaft.

23 Eine einzige Veränderung. Und plötzlich: [Ergebnis].
Eine einzige Veränderung im Profil. Und plötzlich: Anfragen im Postfach.

24 Damit kommst du schneller zu [Ergebnis] – ohne mehr zu arbeiten.
Damit kommst du schneller zu sichtbaren Ergebnissen – ohne mehr zu arbeiten.

25 3 Schritte zu [Ergebnis] – auch wenn du bei null anfängst.
3 Schritte zu einem Marketing, das zu dir passt – auch wenn du bei null anfängst.

26 Wenn du [Ergebnis] schneller willst – dann mach das hier als nächstes.
Wenn du schneller Kundinnen gewinnen willst – dann mach das hier als nächstes.

27 Der einfachste Weg zu [Ergebnis] – kein Hype, keine komplizierten Systeme.
Der einfachste Weg zu mehr Sichtbarkeit – kein Hype, keine komplizierten Systeme.

28 So erreichst du [Ergebnis] – ohne [Schmerzpunkt].
So erreichst du mehr Reichweite – ohne täglich Content produzieren zu müssen.

29 Der direkteste Weg zu [Ergebnis]. Kein Umweg.
Der direkteste Weg zu deiner ersten Kundin über Instagram. Kein Umweg.

30 Ein System, das für [Ergebnis] nachweislich funktioniert – in der Schweiz.
Ein System, das für mehr Sichtbarkeit nachweislich funktioniert – in der Schweiz.

4 – Reach & Relatability Hooks

31 Mein Morgen als [Rolle] – ungeschönt.

Mein Morgen als selbständige Mama und Agenturinhaberin – ungeschönt.

32 Ein Tag aus meinem Alltag – so wie er wirklich ist.

Ein Tag aus meinem Alltag zwischen Kundinnen-Coaching, Kinderholen und Contentplanung – so wie er wirklich ist.

33 Ein Tag im Leben einer selbständigen Mama – Agentur, Kinder, und irgendwo dazwischen: Matcha.

34 Begleite mich heute. Kein Skript, keine Inszenierung.

Begleite mich heute durch einen vollen Coachingtag im Impact Hub Bern. Kein Skript, keine Inszenierung.

35 So sieht das wirklich aus – hinter dem, was du auf Instagram siehst.

So sieht Selbständigkeit wirklich aus – hinter dem, was du auf Instagram siehst.

36 Was ich jeden Tag tue, um [Ergebnis] nicht dem Zufall zu überlassen.

Was ich jeden Tag tue, um Sichtbarkeit nicht dem Zufall zu überlassen.

37 Meine echte Routine – ohne Hochglanz, ohne Inszenierung.

Meine echte Marketing-Routine als Mama von zwei Kindern – ohne Hochglanz, ohne Inszenierung.

38 Wie es wirklich ist, in [Branche] zu arbeiten – nicht die Instagram-Version.

Wie es wirklich ist, in der Marketingbranche selbständig zu sein – nicht die Instagram-Version.

39 Die ehrliche Wahrheit über meinen Job – auch die Seiten, die ich lange nicht gezeigt habe.

Die ehrliche Wahrheit über mein Business – auch die Seiten, die ich lange nicht gezeigt habe.

40 Was du nicht siehst, wenn du meine Posts siehst.

Was du nicht siehst, wenn du meine Posts siehst: die Zweifel, die Entscheidungen, das Chaos dahinter.

5. Shift-Hooks

41 Deshalb kommst du nicht weiter – und niemand sagt es dir.

Deshalb kommst du mit Instagram nicht weiter – und niemand sagt es dir.

42 Ich habe das für dich ausprobiert – damit du es nicht musst.

Ich habe 6 verschiedene Content-Strategien ausprobiert – damit du es nicht musst.

43 Darüber spricht niemand – aber es wäre wichtig.

Darüber spricht niemand – aber es wäre wichtig: Marketing ohne klares Angebot funktioniert nie.

44 Das hat bei mir alles verändert. Schneller als erwartet.

Dieser eine Schritt hat bei mir alles verändert. Schneller als erwartet.

45 Du bist nicht zu langsam. Du machst das Falsche. Das ist ein Unterschied.

Du bist nicht zu langsam mit deinem Business. Du machst das Falsche.

Das ist ein Unterschied.

46 Ich war kurz davor, aufzuhören. Was mich gehalten hat – und was ich heute darüber denke.

47 Was Anfängerinnen von erfahrenen Unternehmerinnen unterscheidet?

Nur das hier.

48 Du fokussierst auf das Falsche – und verlierst dabei Zeit, die du nicht zurückbekommst.

Du fokussierst auf Follower-Zahlen – und verlierst dabei Zeit, die du nicht zurückbekommst.

49 Das funktioniert 2026 – und die meisten ignorieren es noch immer.

Das funktioniert auf Instagram 2026 wirklich – und die meisten Unternehmerinnen ignorieren es noch immer.

50 Wenn ich heute nochmal von null anfangen würde – das wäre mein erster Schritt.

Wenn ich heute nochmal von null anfangen würde – mein erster Schritt wäre nicht Instagram. Sondern das hier.



Buche dir dein kostenloses MARKETING-CHECKUP MIT SARAH

20 Minuten per Google Meets.
Keine Vorbereitung nötig, kein Druck.
Nur ehrlicher Realtalk.

Wir schauen gemeinsam, wo du
mit deinem Businessaufbau gerade
(fest)steckst – und was deine nächsten
Schritte sind.

Ich freue mich auf dich.

♥ Sarah

👉 [Hier](#) kannst du dir
deinen Termin buchen