

PORTFOLIO

LISA HÄCKEL

BRANDING • LOGO • GRAFIK

ÜBER LISA

Als **Brand- & Grafikdesignerin** aus Köln helfe ich selbstständigen Frauen ihr fühlbares **Branddesign** und **Logos** zu erschaffen, um so ihre einzigartige Message mutiger und klarer zu teilen.

Neben Branding Beratung und Ausarbeitung unterstütze ich meine Kund*innen auch im **Grafikdesign**.



LOGO



MEINE LOGODESIGNS



Sabrina
Kubitschko



BRANDING



FREIE REDNERIN

ISABELLA
BOHNAKER

ISABELLA BOHNAKER

FREIE REDNERIN



BRANDING
& LOGODESIGN

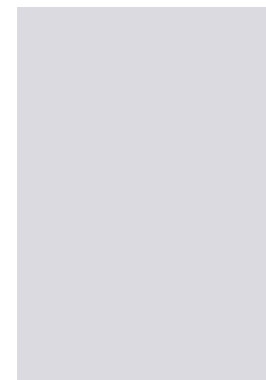
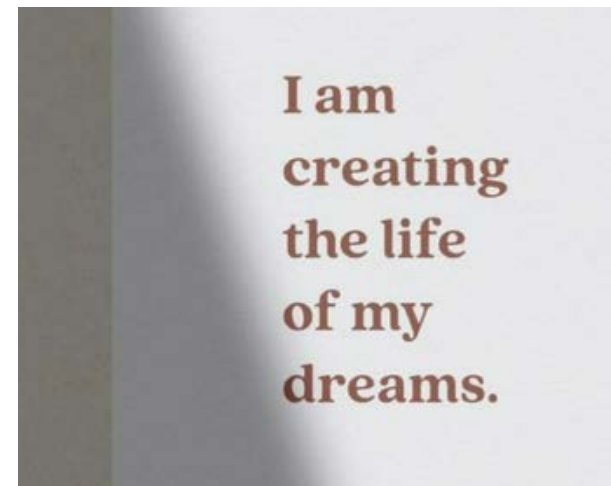
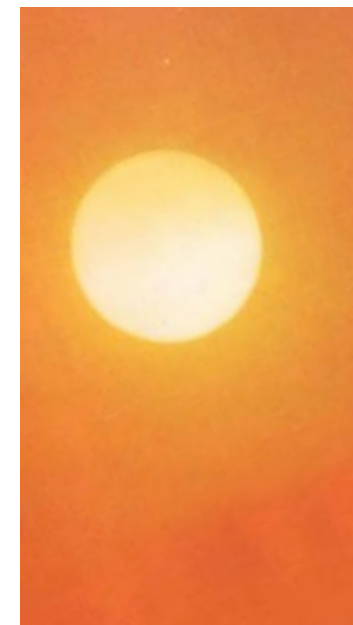
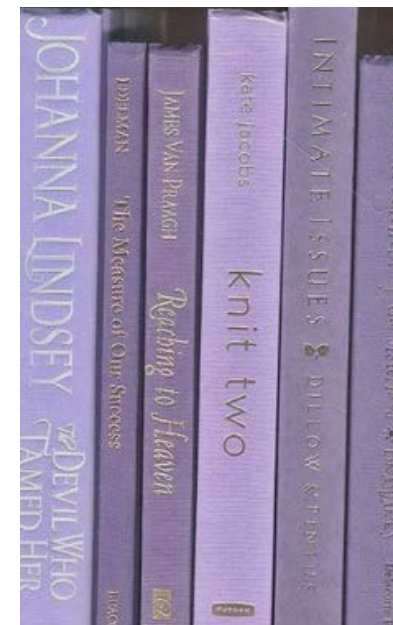
Energie
Liebe
Leidenschaft

Kreativität
Offenheit
Verbindung

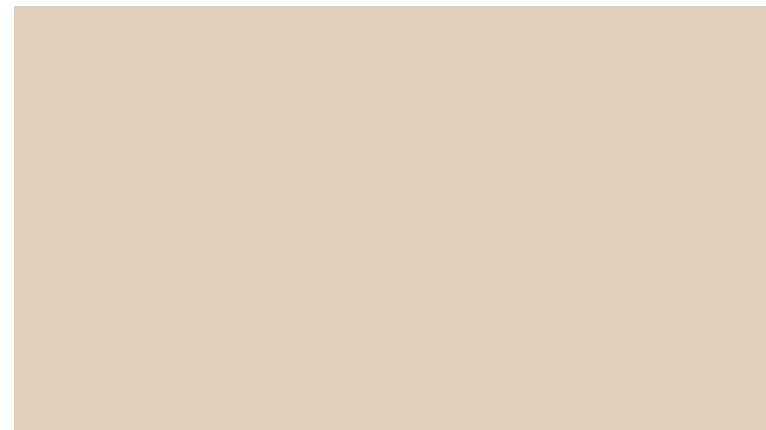
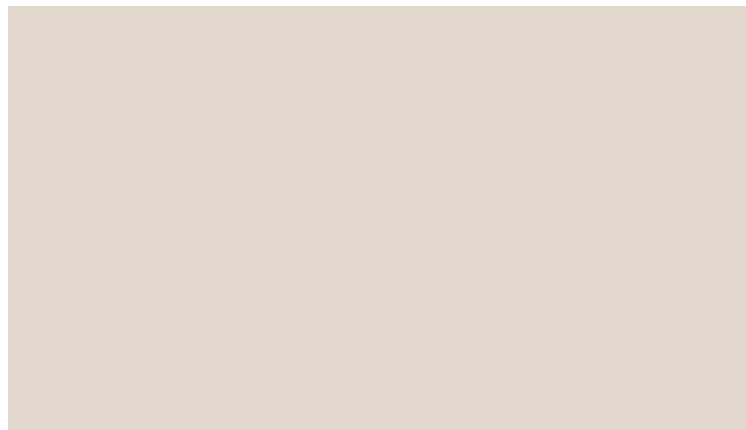
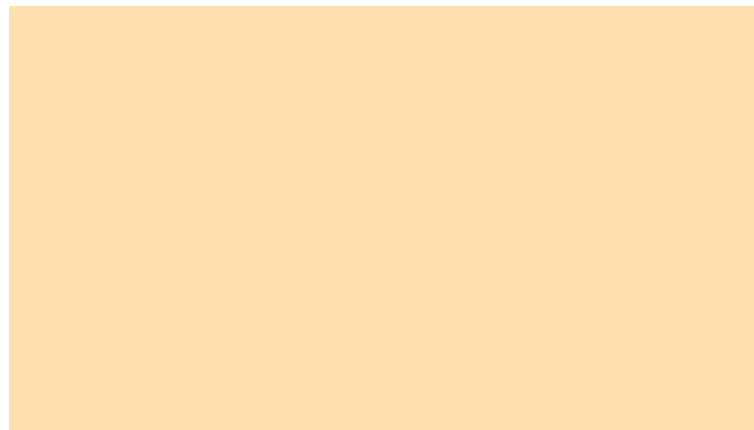
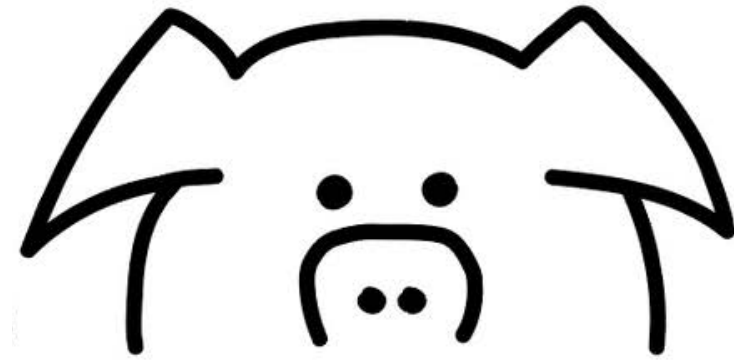
Mitgefühl
Wertschätzung
Inspiration
Wachstum

Offenheit
Transparenz
Vertrauen
Professionalität

Vertrauen
Kommunikation
Ruhe



VILLA 
SCHWEIN



Qualität – Spaß/Freude – Familie – Einzigartigkeit – Persönlichkeit – Professionalität

BRANDING, ICONS
& LOGODESIGN

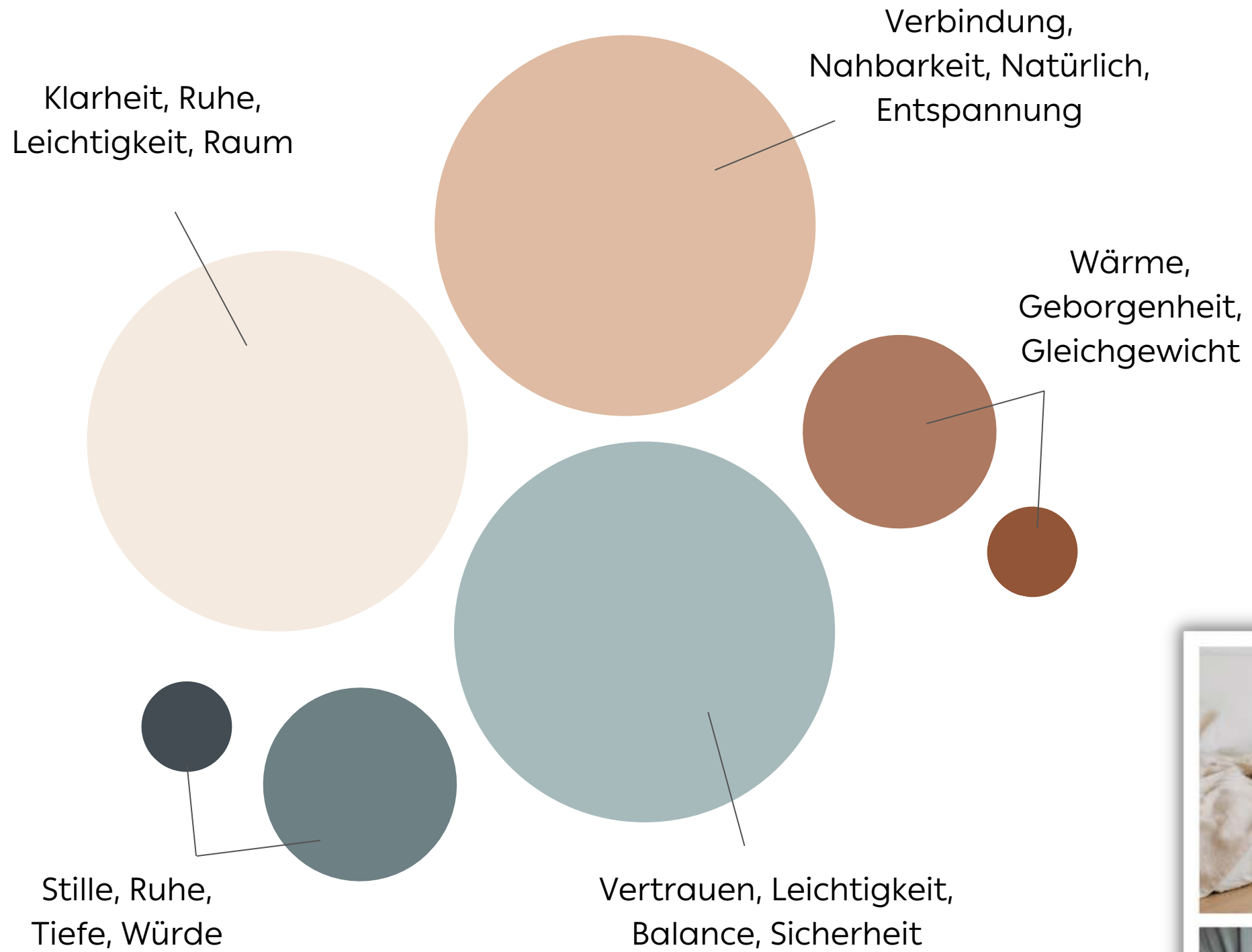


Offenheit – Stabilität – Stärke – Motivation – Engagement – Expertise – Vertrauen

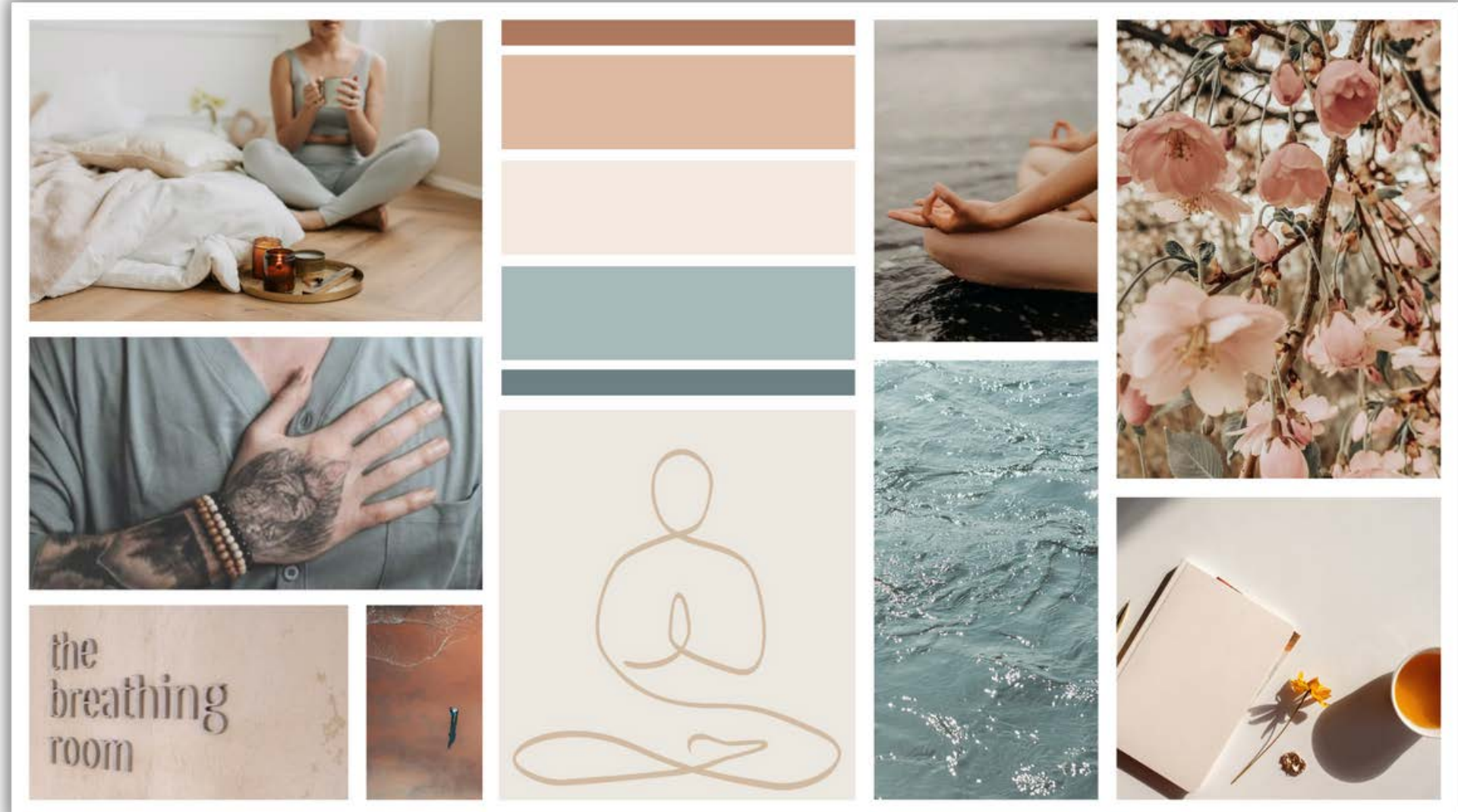


BRANDING & LOGODESIGN






BRANDING & LOGODESIGN



GRAFIK



„ZAHNGESUNDER TAG“ IN PORTIONEN



Getränke: Tägl. 6 Gläser Leitungswasser / Mineralwasser, oder ungesüßter Kräuter-tee. (ca. 1,5 Liter)

Getreideprodukte: für Erwachsene tägl. ca. 200-300g Kohlenhydrate in Form von Getreide (abhängig von der körperliche Aktivität + Körperzusammensetzung), möglichst Vollkorn statt Weißmehl wählen (komplex statt einfach wegen Blutzuckerspiegel), Hülsenfrüchte wie Linsen, Bohnen, Kichererbsen

Fette & Öle: Sparsam verwenden, möglichst pflanzliche Öle wie Rapsöl, Walnussöl oder Olivenöl, Gesättigte Fette wie Butter, Schmalz selten einsetzen

Extras: Süßigkeiten wie Eis, Schokolade, Kekse oder Chips auf eine Handvoll am Tag begrenzen.

Gemüse: 3 Hände voll Gemüse am Tag (saisonal + möglichst bunt) Rohkost mit gegartem Gemüse abwechseln. (Kräftiges Kauen ist gut für den Kiefer)

Obst: 2 Hände voll Obst am Tag. Geeignet ist zuckerarmes Obst wie Himbeeren, Brombeeren, Aprikosen, Ungeeignet und eher selten: klebriges, zuckerreiches Obst wie Bananen, Datteln, Weintrauben, stark säurehaltiges Obst wie Kiwi, Orangen und Grapefruit zu den Mahlzeiten essen, nicht über den Tag verteilt.

Fleisch, Wurst, Fisch, Eier: max. 2-3 Mal pro Woche eine Portion Fleisch + Wurst, Fisch 1-2 pro Woche (Omega 3 Fettsäuren) oder Supplemente

Milchprodukte: Eiweiß sollte 1/3 durch tierische Quellen (Käse, Milch, Fleisch etc) und 2/3 durch pflanzliche Quellen zugeführt werden (Vollkornprodukte, Hülsenfrüchte)

Sonstiges

- Körperliche Betätigung/Sport
- Vitamin D (genügend Sonnenlicht oder Supplemente)
- Ausreichend Schlaf, Stressmanagement

"Liebe Lisa, ich bin dir so dankbar für dein Upgrade auf meinem Instagram-Kanal. Deine Grafiken sind einfach wunderschön und genau auf meine Bedürfnisse und Wünsche abgestimmt. Auch von meinen Kunden erhalte ich nur Lob dank dir."



VITAMIN D MANGEL ALS MÖGLICHE URSACHE VON MIH?

ZAHNGESUND LEBEN.DE @ZAHNGESUNDLEBEN






REZEPTE FÜR PATIENTEN

ZAHNGESUND LEBEN.DE @ZAHNGESUNDLEBEN

SO HÄUFIG IST FOLSÄURE-MANGEL

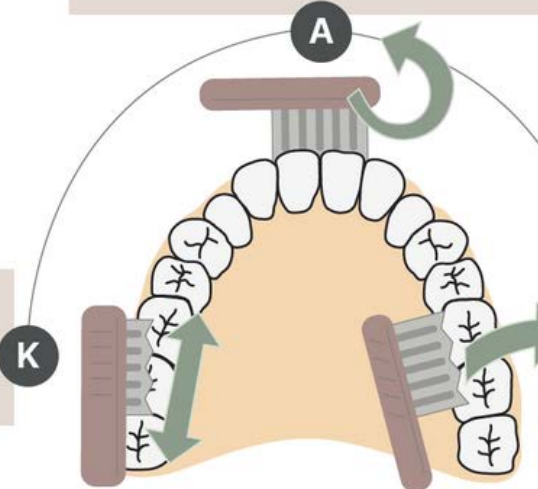
ZAHNGESUND LEBEN.DE @ZAHNGESUNDLEBEN

Zähneputzen mit KAI



Außenflächen

Dann werden die Außenflächen mit kreisenden Bewegungen geputzt. Die Zähne liegen dabei aufeinander und es wird jeweils von der Mitte aus nach rechts und nach links geputzt.



Innenflächen

Als letztes werden die Innenflächen mit kleinen Kreisen oder Drehbewegungen „von Rot nach Weiß“, das heißt vom Zahnfleisch zum Zahn gereinigt.

Kauflächen

Als erstes werden mit kurzen Hin- und Herbewegungen alle Kauflächen geputzt.

ZAHNGESUND LEBEN.DE @ZAHNGESUNDLEBEN

Mockup für einen
Online-Kurs zur
Werbung auf der
Website



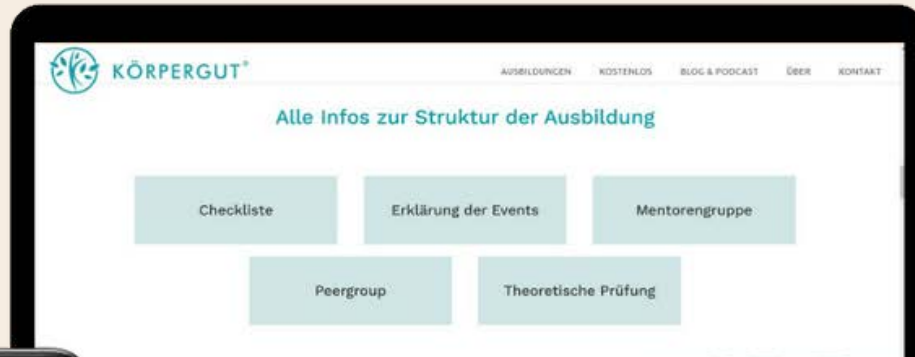
*Lisa unterstützt uns als Agentur als Freelancerin und ist bereits jetzt **nicht mehr wegzudenken**. Dabei ist sie hauptsächlich für den Bereich **Grafik und Branding** zuständig und setzt die Grafiken für unsere Agentur um. **Lisa ist zuverlässig, arbeitet zügig und liefert immer eine hohe Qualität.***
- Ramona Ding / Studio Ding

studio
ding



KÖRPERGUT®
Akademie

Arbeitsblätter – Workbooks – 0€-Produkte – PDFs



Online Produkte als
Mockups für Website
oder Social Media



PITTA LEBENSMITTELTABEL

	Gut	Moderat
Obst	Apfel süß, Avocado, Kiwi, Banane, Pfirsich, Mango, Beeren, dunkle Trauben	Sauer Früchte wie Orangen, Ananas, Grapefruit, grüne Trauben, rote Beeren
Gemüse	Spinat, Kürb, Gurke, Blumenkohl, Fenchel, Zucchini, Paprika, Aubergine, Zucchini, Kürb, Broccoli, Karotten, Fenchel, Zucchini, Spinat, Chicoree	Paprika, Karotten (gekochte), Avocado
Getreide	Gerste, Basmati- oder weisse Reis, Weizen	Mais (gekochte)
Hülsenfrüchte	Sonnenblumen und Kürbiskernöl, Sojabohnen	Sojamehl
Nüsse & Samen	Alle Nüssen (außer Erdnüsse)	Tofu
Hülsenfrüchte	Alle Hülsenfrüchte	Gardenen
Tierische Produkte	Butter, Ghee, Milch, Hüttenkäse, Ziegenmilch, Kuhmilch, Kefir, Eier, Honig, Pulver, Miso, Weiz	Honig
Süßungsmittel	Brauner Zucker, Honig	Abschmecken, Sojamilch
Öle	Rapsöl, Olivenöl	Schwarzer Tee, Kaffee, Pfeffer
Getränke	Milde Früchtetees, Hibiskus	Schwarzer Tee, Kaffee, Pfeffer

Dosha Test zur Prakriti Ausprägung

	VATA	PITTA	KAPHA
Körperbau	schlank, ungewöhnlich klein oder groß	mittelgroßer Körper, dynamisch	corpulent; kräftig, abgerundet
Knochenbau	leicht, feingliedrig	mittelstarke Knochenstruktur	schwere Knochenstruktur
Gelenke	hervorstehend, trocken, Reibegeräusche eher schlank	mittelgroß, locker	groß, gleitfähig, gut gepolstert
Als Kind...	eher schlank	mittlerer Körperbau	kräftig bis pummelig
Haut	dünn, trocken, eher trocken, kalt, rau	ölig, glatt, warm, ggf. Sommersprossen	dick, ölig, kalt, gleichmäßiger Teint
Hände	längliche, schmale Form	eher runde Form	kräftig, breit fleischig
Nägel	länglich, dünn, raue Oberfläche, ggf. brüchig	rund, weich, rosige Farbe	breite Form, glatt, dick, fest
Gesicht	längliche Form, ungleichmäßig, ggf. gefurcht	scharfkantige Züge, ggf. faltige Stirn	rund, füllig, glatte Stirn
Augen	klein, aktiv, ggf. trocken, feine Brauen	mittelgroß, leuchtend, durchdringend	groß, still, glasig, kräftige Brauen
Kopfhaar	fein, ggf. trocken, flauschig, dünn besiedelt	hell, seidig, leuchtend, ggf. Glätze	fülliges kräftiges Haar, dunkel, gewellt
Haar als Kind	dünn, gewelltes Haar	feine, fliegende, blonde Haare	dunkles, dickes, getocktes Haar
Körperhaar	gekräuselt, nicht glänzend	hell, seidig, fein	buschig, dicht, kräftig
Zähne	klein, unregelmäßig, ggf. gräulich	mittelgroß, ggf. leichte Gelbfärbung	groß, regelmäßig, hell
Stimme	sanft, leise, ggf. rau	impulsiv, durchdringend, klar	tief, angenehm, klangvoll
Hunger	schon immer unregelmäßig, generell wenig	generell "guter Hunger"	regelmäßig & mäßig
Immunität	schon immer relativ schwach	mittelstark, anfällig für Infektionen	generell stark & zuverlässig
Sportlichkeit	gute Ausdauer, kein Ausdauerstyp	dynamisch, liebt Wettkampf	langsam aber stark, ausdauernd
Freundschaft	viele Freunde	mäßig viele, aber nützliche Freunde	wenige, aber langfristige, Beziehungen
Hobbys	kreative Tätigkeiten, Tanzen, Reisen	Sport, Vereinsaktivität, Organisieren	ruhige Tätigkeiten, Sammeln, Lesen, Kuscheln
Intellekt	schnelle Auffassungsgabe, klar	präzise, prägnant, feurig	langsam, gut überlegt, einfühlsam
Reaktion	spontan, manchmal ohne Abschluss	kritisch, rational, wägt gründlich ab	gelassen, traditionsbewusst
Geist	tolerant, ideenreich, flexibel, neugierig, verstreut	selbstbewusst, entschlossen, organisiert	gleichmäßig, gemächlich, stabil, geduldig
Gesamt	VATA	PITTA	KAPHA

Das Lebensrad

Wheel of Life, Rad des Lebens zeigt dir eine Übersicht über deine Lebensbereiche und kann dir einen Überblick über deine Wünsche für die Zukunft verschaffen.

Die Übung zeigt dir, wo du Defizite hast.



Button / Logo für
die Ausbildungsteilnehmer*innen

Ayurveda Lehrgang

Online-Selbstlehrgang inkl. Zertifizierung zum/zur ayurvedischen Praktiker*in

[NÄHERE INFOS](#)

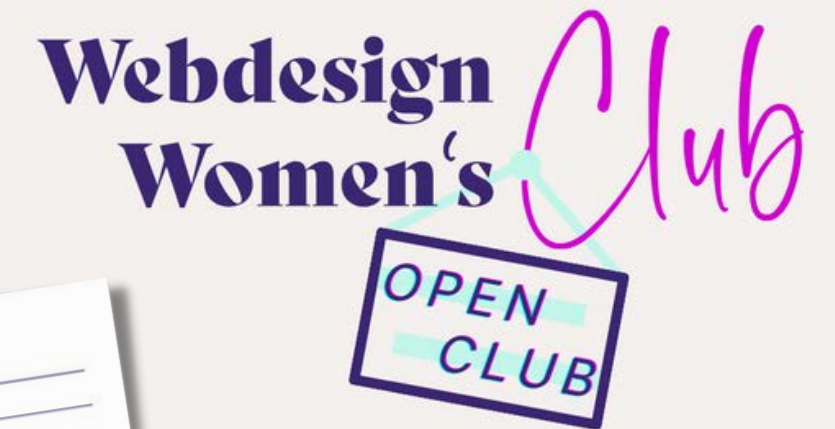
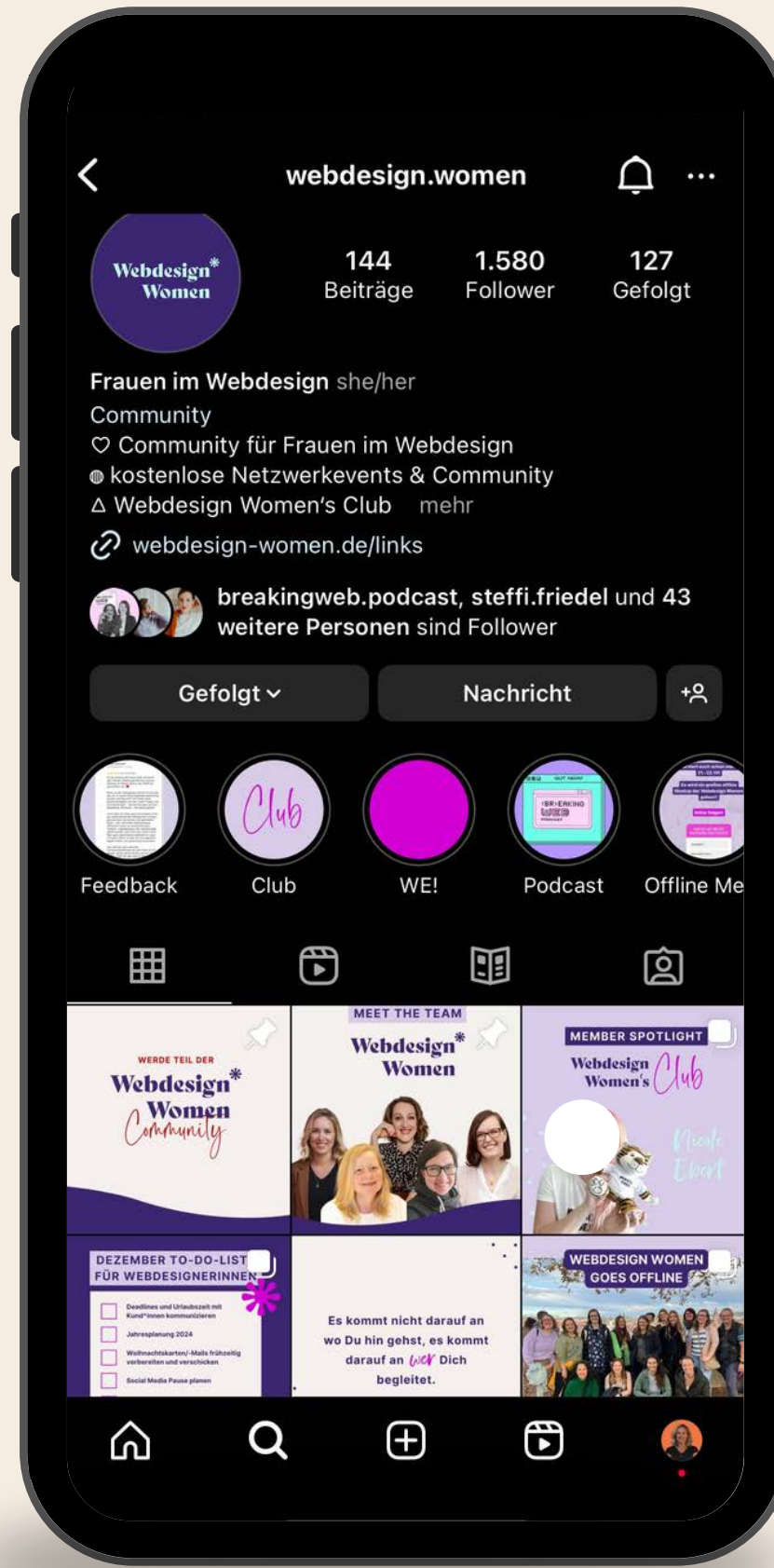
Hol' dir jetzt das kostenlose Infopaket zum Ayurveda Lehrgang

[ZUM INFOPAKET](#)

Banner für: Website – Blogbeiträge – Facebook/LinkedIn – E-Mails

Webdesign* Women

"Lisa trifft mit ihren Vorschlägen immer ins Schwarze. Sie arbeitet proaktiv und bringt gute Vorschläge mit ein. Ich kann mich zu 100% auf sie verlassen." – Stefanie Friedel / Webdesign Women



Sublogo für den Webdesign Women's Club – Tag der offenen Tür

Ursprüngliche Designerin: Stefanie Friedel

Block für die Member



Grafik- & Contentdesign für Instagram

UNSERE KISTE DER WOCHE

Gemüsekiste in KW 3 - ab 16. Januar
Inhalt: Rosenkohl, Champignons, Sellerie, Zwiebeln, Kürbis, Rotkohl, Kartoffeln



Interessiert an unseren Gemüsekisten?
Auf unserer Website vorbei bestellen bis Sonntag deine Lieferung in der kommenden Woche. Wir freuen uns auf deine Bestellung!
www.wilmaundwilli.de

GEMÜSE DES MONATS

Januar



WILMA & WILLI



REZEPT DER WOCHE

RATATOUILLE

www.wilmaundwilli.de

Trage Dich in unseren **Newsletter** ein, um Neuigkeiten sowie Tipps zur Familienküche und Gastronomie zu erhalten.
Dazu erhältst Du unseren **Saisonkalender für Gemüse!**

- Alle saisonalen Gemüsesorten auf einen Blick
- Wissen, welches Gemüse gerade am besten schmeckt
- Ideen für die saisonale Familienküche



www.wilmaundwilli.de



UNSERE OBST KISTE

www.wilmaundwilli.de

WILMA & WILLI
Dein Online-Hofladen

www.wilmaundwilli.de

MÖHREN

- Stärken die Sehkraft
- Macht schöne Haut
- Gut verdaulich und schont den Magen
- Haben eine gute CO2-Bilanz
- Enthält Pektin

WILMA & WILLI



Grafik- & Contentdesign für Instagram

ÜBER KARTOFFELN

- Kartoffeln, die Nährstoffbomben:** Kartoffeln versorgen uns mit einer Vielzahl an wertvollen Nährstoffen und Vitaminen. Vitamin C zur Stärkung der Abwehrkräfte. Dazu kommen die Vitamine A, B, E und K. Die enthaltenen Mineralstoffe und Spurenelemente sind für unsere Zellerneuerung wichtig.
- Kartoffelschalen machen die besseren Kartoffelchips:** Kartoffelchips aus Kartoffelschalen sind knusprig und ein überraschender Nutzen für etwas, das eigentlich weggeworfen wird! Die ungehantelten Qualitäten von Kartoffelschalen sind gut gehütete Geheimnisse der Kartoffel.
- Kartoffeln mögen es kühl & dunkel:** Kartoffeln wollen richtig gelagert werden. Nur dann hat Freude an ihnen. Richtig heißt vor allem



UNSERE GEMÜSE KISTE

REZEPT DER WOCHE

VEGANER GEMÜSEKUCHEN

EIER FÄRBen MIT NATURMATERIALIEN

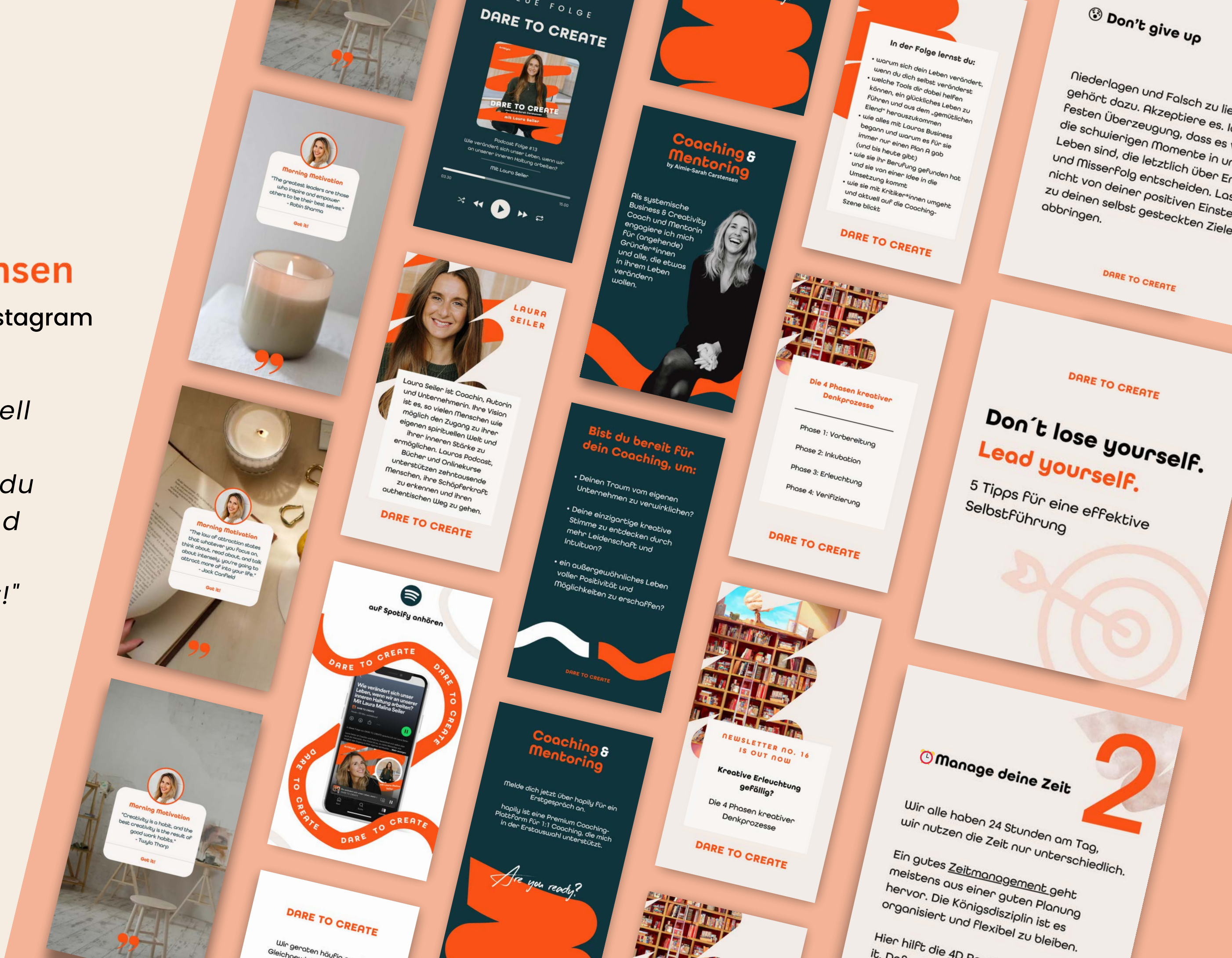
VERWENDE FOLGENDES ZUM EINFÄRBen

Petersilie	Kurkuma	Rote Zwiebeln
		Rotkohl

Aimie-Sarah Carstensen

Grafik- & Contentdesign für Instagram

"Lisa setzt die Arbeit schnell und zuverlässig um. Eine große Empfehlung, wenn du kreative Unterstützung und Design-Support für dein Online-Business brauchst!"



Morning Motivation
"The greatest leaders are those who inspire and empower others to be their best selves."
- Robin Sharma
Get it!

DARE TO CREATE
Podcast Folge #13
Wie verändert sich unser Leben, wenn wir an unserer Inneren Haltung arbeiten?
Mit Laura Seiler
03:30 75:00

Coaching & Mentoring
by Aimie-Sarah Carstensen
Als systemische Business & Creativity Coach & Mentorin engagiere ich mich für (angehende) Gründer*innen und alle, die etwas in ihrem Leben verändern wollen.

In der Folge lernst du:

- warum sich dein Leben verändert, wenn du dich selbst veränderst
- welche Tools dir dabei helfen können, ein glückliches Leben zu führen und aus dem „gemütlichen Elend“ herauszukommen
- wie alles mit Lauras Business begann und warum es für sie immer nur einen Plan A gab (und bis heute gibt)
- wie sie ihr Berufung gefunden hat und sie von einer Idee in die Umsetzung kommt
- wie sie mit Kritiker*innen umgeht und aktuell auf die Coaching-Szene blickt

DARE TO CREATE

Don't give up
Niederlagen und Falsch zu liegen gehört dazu. Akzeptiere es. Lege festen Überzeugung, dass es die schwierigen Momente in ur Leben sind, die letztlich über Er nicht von deiner positiven Einstel zu deinen selbst gesteckten Ziele abbringen.

DARE TO CREATE

Morning Motivation
"The law of attraction states that what you focus on, about intensely, you're going to attract more of into your life."
- Jack Canfield
Get it!

LAURA SEILER
Laura Seiler ist Coachin, Autorin und Unternehmerin. Ihre Vision ist es, so vielen Menschen wie möglich den Zugang zu ihrer eigenen spirituellen Welt und ihrer inneren Stärke zu ermöglichen. Lauras Podcast, Bücher und Onlinekurse unterstützen zehntausende Menschen, ihre Schöpferkraft zu erkennen und ihren authentischen Weg zu gehen.

DARE TO CREATE

Bist du bereit für dein Coaching, um:

- Deinen Traum vom eigenen Unternehmen zu verwirklichen?
- Deine einzigartige kreative Stimme zu entdecken durch mehr Leidenschaft und Intuition?
- ein außergewöhnliches Leben voller Positivität und Möglichkeiten zu erschaffen?

DARE TO CREATE

Die 4 Phasen kreativer Denkprozesse

- Phase 1: Vorbereitung
- Phase 2: Inkubation
- Phase 3: Erleuchtung
- Phase 4: Verifizierung

DARE TO CREATE

Don't lose yourself. Lead yourself.
5 Tipps für eine effektive Selbstführung

DARE TO CREATE

Morning Motivation
"The law of attraction states that what you focus on, about intensely, you're going to attract more of into your life."
- Jack Canfield
Get it!

auf Spotify anhören
DARE TO CREATE

Coaching & Mentoring
Melde dich jetzt über happily für ein Erstgespräch an.
happily ist eine Premium Coaching-Plattform für 1:1 Coaching, die mich in den Erstauswahl unterstützt.

Are you ready?

DARE TO CREATE

NEWSLETTER NO. 16 IS OUT NOW
Kreative Erleuchtung gefällig?
Die 4 Phasen kreativer Denkprozesse

DARE TO CREATE

Manage deine Zeit
Wir alle haben 24 Stunden am Tag, wir nutzen die Zeit nur unterschiedlich.

Ein gutes Zeitmanagement geht meistens aus einer guten Planung hervor. Die Königsdisziplin ist es organisiert und flexibel zu bleiben.

Hier hilft die 4D...

2

Morning Motivation
"Creativity is a habit, and the best creativity is the result of good work habits."
- Tuiylo Thorp
Get it!

DARE TO CREATE

DARE TO CREATE
Wir geraten häufig...



MEIN ANGEBOT

LOGODESIGN

BRANDDESIGN

GRAFIKDESIGN

[Zum Kennenlerncall](#)

LASS UNS GEMEINSAM DURCHSTARTEN.
ICH FREU MICH AUF DICH! :)

LET'S CONNECT :)



info@lisa-haeckel.de



www.lisa-haeckel.de



[lisahaeckel](https://www.instagram.com/lisahaeckel)



[Lisa Häckel](https://www.linkedin.com/in/LisaHaeckel)

