

# Seelenraum

Kirchliche Beratungsstelle für KiTas und KiFaZs

Friedrichst. 53 / 73430 Aalen / 07361-59056

lädt DICH ein zum online

## ADVENTSKALENDER

24 Momente der Achtsamkeit

Tu DIR selbst etwas Gutes  
und schenke Dir Zeit - Nur Für DICH

Gönne Dir in dieser besonderen Zeit  
mehr Selbstfürsorge. Über Instagram  
oder Mail bekommst Du täglich einen  
kleinen achtsamen Impuls.

Du brauchst ein offenes Ohr ?

Gerne kannst Du Dich, unverbindlich und  
kostenlos für ein persönliches Gespräch melden.

Ich freue mich,

*Dorothee Schaeffler*

Scanne den Instagram QR Code ab

oder melde dich per Mail an:

[dorothee.schaeffler@drs.de](mailto:dorothee.schaeffler@drs.de)

*Wie?*



SEELENRAUM\_ACHTSAMKEIT\_AUSZEIT