



PRESSEMAPPE & MEDIA KIT

24 Mind Moments – kleine Gedanken, die Großes bewegen können

Ein literarisches Adventsbuch von Charlotta Móna

Kurzbeschreibung

24 Mind Moments – kleine Gedanken, die Großes bewegen können

ist ein literarisches Adventsbuch voller leiser Impulse über Warten, Geben, Liebe – und das Leben dazwischen.

In 24 Essays lädt Autorin **Charlotta Móna** dazu ein, im hektischen Dezember innezuhalten und sich selbst wieder zu begegnen.

Kein klassisches Andachts- oder Geschenkbuch, sondern eine poetische Einladung, den Sinn von Weihnachten neu zu spüren – durch Klarheit, Ruhe und ehrliche Gedanken.

Informationen für Leser

Format	Taschenbuch · eBook
Umfang	168 Seiten · ca. 1,1 MB
Verlag	Independently Published (Amazon kdp)
Erscheinungstermin	23. Oktober 2025 · 27. Oktober 2025
ISBN / ASIN	979-8271077081 · BoFXYTFV5X
Preis	16,90 € · 4,99 €

Format	Taschenbuch · eBook
Kategorie	Lebensführung / Meditation · Belletristik für Frauen / Literarisch
Online erhältlich:	Amazon Taschenbuch · Amazon eBook

Pressetext

In einer Zeit, in der viele nach Ruhe und Sinn suchen, schenkt **Charlotta Móna** mit *24 Mind Moments* kleine tägliche Gedanken zum Ankommen.

Jeder Text öffnet einen Raum für Stille, Selbstreflexion und das Wesentliche – fernab von Kitsch und Überfluss.

Statt Antworten gibt sie Fragen: *Was bedeutet Geben? Was bleibt, wenn alles lauter wird?*

Ein Buch für Menschen, die lieber fühlen als konsumieren – und die Stille zwischen den Tagen wieder spüren möchten.

Über die Autorin

Charlotta Móna ist Autorin, Kommunikationsexpertin und Coach für Klarheit und Selbstverbindung.

Geboren in Budapest, lebt sie heute in Hamburg-Alstertal. Ihre Bücher verbinden Sprache, Achtsamkeit und die Kunst des bewussten Denkens.

Mit *Das Interview deines Lebens* begann ihre literarische Reise, die sie mit *Fragen an mich selbst* und *24 Mind Moments* fortsetzt – Bücher, die Menschen inspirieren, innezuhalten, sich selbst zu begegnen und bewusster zu leben.

PRESSEBILDER & KONTAKT

PRESSEBILDER & DOWNLOADS:

www.charlottamona.de/presse-und-media-kit

PRESSEKONTAKT:

Charlotta Móna

info@charlottamona.de

www.charlottamona.de

@charlotta_mona