



# 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

<b>Format</b>	Taschenbuch · eBook
<b>Umfang</b>	168 Seiten · ca. 1,1 MB
<b>Verlag</b>	Independently Published (Amazon kdp)
<b>Erscheinungstermin</b>	23. Oktober 2025 · 27. Oktober 2025
<b>ISBN / ASIN</b>	979-8271077081 · BoFXYTfV5X
<b>Preis</b>	16,90 € · 4,99 €

---

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

---

## Presstext

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 Mentorin für innere Klarheit und ein Leben, das sich wirklich stimmig anfühlt.

Geboren in Budapest, lebt sie heute in Hamburg-Alstertal.

Mit ihrem Buch *Das Interview deines Lebens* legte sie den Grundstein für das, was sie heute weiterführt: Fragen, die zum Kern gehen – und den Blick auf das eigene Leben verändern.

Im Zentrum steht für sie die Überzeugung: Das Leben, das wir lieben, entsteht zuerst in uns.

Ihre literarische Reise setzt sie mit *Fragen an mich selbst* und *24 Mind Moments* fort – Büchern, die Menschen inspirieren, innezuhalten, sich selbst zu begegnen und erfüllter zu leben.

## PRESSEBILDER & KONTAKT

### PRESSEBILDER & DOWNLOADS:

[www.charlottamona.de/presse-und-media-kit](http://www.charlottamona.de/presse-und-media-kit)

### PRESSEKONTAKT:

Charlotta Móna

[info@charlottamona.de](mailto:info@charlottamona.de)

[www.charlottamona.de](http://www.charlottamona.de)

[@charlotta\\_mona](https://www.instagram.com/charlotta_mona)