

## Wir sind für Sie da

Liebe Leserin, lieber Leser,

in diesen turbulenten Zeiten möchten wir Ihnen sagen:

**Wir sind für Sie da!** Denn wir sind überzeugt, dass Achtsamkeit und Mitgefühl gerade jetzt helfen können, mit dieser besonderen Situation zurechtzukommen.

Ein besonderes Mut-Mach-Heft ist unsere Frühlingsausgabe „Starke Frauen“. Einfach auf unserer Website bestellen und die Ausgabe landet bequem in Ihrem Briefkasten – ohne Porto- und Versandkosten (im Inland).

Jetzt bestellen

Für die regelmäßige Versorgung mit wertvollem Lesestoff haben wir Ihnen außerdem ein spezielles **Stay at home-Angebot** geschnürt. Nutzen Sie die geschenkte Zeit positiv – und machen Sie Ihr Zuhause einfach zum Home Retreat:



- 3 Ausgaben *moment by moment*
- plus exklusiver 16-seitiger Sonderdruck „Höchste Zeit aufzuwachen“ von Jon Kabat-Zinn
- Nur 18,70 € (Ausland 27,80 Euro)

Jetzt abonnieren

Vielleicht auch eine Geschenk-Idee, um einem lieben Menschen zu zeigen:  
**Ich denke an Dich!**

Lassen Sie uns zusammen für einander achtsam bleiben

Ihre

Stefanie Hammer

und das *moment by moment*-Team

PS: Folgen Sie uns doch auch auf [Facebook](#) und [Instagram](#). Wir füttern unsere Kanäle regelmäßig mit Impulsen, die hilfreich und unterstützend sind für eine achtsame und mitfühlende Haltung im neuen Alltag.