



# Kleine Auszeiten im Advent

**Wunderschön gestaltetes Adventskalenderbuch**

**Täglich ein stimmungsvoller Impulstext und eine alltagstaugliche Mitmachidee**

**Für den Advent und darüber hinaus: vom 1. Dezember bis zum Dreikönigstag**

Advent ist mehr als Kerzenlicht und Weihnachtsmarkt. Es ist eine Einladung zum Warten, zum Innehalten, zum Staunen. Doch in der Hektik des Dezembers geht das oft unter. Dieses Buch begleitet daher mit stimmungsvollen Texten und Gedichten durch die Advents- und Weihnachtszeit und schenkt täglich einen Moment der Einkehr – mitten im Alltag.

Jeder Tag enthält einen kurzen, inspirierenden Adventsimpuls und eine einfache Mitmachidee oder einen Kreativanstoß, die leicht ins eigene Leben integriert werden können: beim ersten Kaffee, auf dem Heimweg oder vor dem Schlafengehen. Es sind kleine Haltestellen, an denen man zur Ruhe kommt und Gottes Nähe spüren kann.

Daher endet dieses Adventskalenderbuch nicht an Heiligabend, sondern begleitet auch noch über die Feiertage und den Jahreswechsel. Es lädt ein, die besondere Zeit zwischen dem 1. Dezember und dem Dreikönigstag bewusst zu erleben – nicht als To-do, sondern als Geschenk. Es zeigt, wie man auch in kleinen Momenten Großes entdeckt. Denn genau dafür sind Advent und Weihnachten da: um das Herz zu öffnen für das Licht, das kommt und bleibt.



**Heiko Metz**

geb. 1978, ist Autor, Theologe und begleitet nach Jahren in der Seelsorge und der Kinder- und Jugendarbeit heute Menschen dabei, Gott mitten im Alltag zu entdecken. Sein Anliegen: heilsame Spiritualität erfahrbar machen, jenseits von Perfektion und Druck. Mit seiner Familie lebt er in Marburg und liebt es, mit einer guten Tasse Kaffee den Tag zu beginnen – am liebsten im Licht der ersten Kerze.

@heikometz

## Buch mit Fan-Base:

Entstanden ist das Projekt aus Heiko Metz' erfolgreichem E-Mail-Adventskalender-Projekt „Advent to go“, aus dem er besonders beliebte Beiträge und Feedback in das Buch hat einfließen lassen. Viele Leser:innen dieses Projekts freuen sich daher auf das Buch – für sich selbst oder zum Weitergeben und Verschenken.



Leseprobe  
ab 1.8.25:  


Werbemittel  
und Aktions-  
paket auf der  
nächsten  
Seite!

**Heiko Metz**  
**Warten. Staunen. Bleiben.**

Kleine Auszeiten für Advent und darüber hinaus  
gebunden, 21 × 14,8 cm, ca. 112 Seiten, durchgehend farbig,  
mit Lesebändchen  
ca. € 15,00 (D) / € 15,50 (A) / CHF 20.30  
ISBN 978-3-7615-7088-3  
Best.-Nr. 157088, WGS 1926  
September 2025

