



# Autorenlesung

## Christine Thiele „Mal eben leben- Trotz Krise“

### 12 Kaffeepausen, die dich aufrichten

Krisen machen keine Termine. Sie platzen rein und stellen alles auf den Kopf. Zwischen To-do-Listen, Familienchaos und Termindruck: Wann war deine letzte echte Pause? Dieses Buch ist genau das – eine Kaffeepause für deine mentale Gesundheit. Es bietet wirksame Tools – wie ein doppelter Espresso an einem Montagmorgen.




© Christine Thiele



**Do., 26. März**  
**19.30 – 21.30 Uhr**

**Thalia Kaufbeuren**  
Salzmarkt 14  
87600 Kaufbeuren

**Eintritt: € 10,00**

 [thalia\\_allgaeu](https://www.instagram.com/thalia_allgaeu)

Weitere Informationen in der Buchhandlung und unter  
[thalia.de/veranstaltungen](https://www.thalia.de/veranstaltungen)

