



Zeit  
statt Zeng

DER BESONDERE ADVENTSKALENDER  
FÜR DEIN KIND

SR  
SABRINA RÖDER  
FAMILIENCOACH

# ZEIT STATT ZEUG

## Der etwas andere Adventskalender

WIE SCHÖN, DASS DEIN KIND DEN BESONDEREN  
ADVENTSKALENDER VON DIR BEKOMMT.

Mit diesen 24 Türchen schenkst du deinem Kind das wohl Wertvollste, dass du geben kannst – deine ZEIT. Und ist dafür nicht eigentlich Weihnachten da? Zeit mit seinen Lieben zu verbringen? Die alltäglichen Dinge wieder zu schätzen wissen und den Alltag mal entschleunigen?

Die nachfolgenden Kärtchen (es sind übrigens mehr als 24 ;-)) dienen dir hier als Anregung. Schreibe gerne deine eigenen Texte auf die Blanco-Kärtchen, sodass sie auf dein Kind passen. Nicht jedes Kind mag eine Massage und nicht jedes Kind spielt gerne mit Autos, also lass dich inspirieren und entwickle auch gerne einen eigenen „Zeit statt Zeug“ – Adventskalender für DEIN Kind.

Du kannst die Kärtchen auch erst am Abend zuvor oder erst früh in die Türchen packen. So kann man dann auf spontane Ereignisse wie „Schnee“ reagieren.

Und falls du mehrere Kinder hast, kannst du jedem eine Süßigkeit ins Türchen packen – ohne die geht es natürlich nicht, und ein Kärtchen auswählen, dass allen gefällt. Oder jedes Kind hat abwechselnd ein Kärtchen im Türchen und das/die andere/n Kind/er können entscheiden, ob sie mitmachen wollen.

Probiert es einfach mal aus!

Ich wünsche euch auf jeden Fall eine wundervolle Adventszeit mit viel Raum für gemeinsame Erlebnisse.

Deine Sabrina

**HEUTE**  
machen wir  
eine  
Kissenschlacht

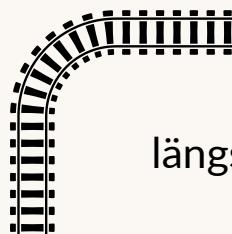


**HEUTE**  
bekommst  
du eine  
Wellness-Massage

**HEUTE**  
bauen wir  
zusammen ein  
Lager



**HEUTE**  
bauen wir die  
längste Eisenbahn  
der Welt



**HEUTE**  
bauen wir den  
größten Legoturm  
der Welt



**HEUTE**  
feiern wir eine  
Teeparty mit  
deinen Kuscheltieren



**HEUTE**  
gehen wir  
zusammen auf  
die Eisbahn



**HEUTE**  
veranstalten wir  
ein Autorennen mit  
deinen Rennautos



**HEUTE**  
machen wir  
einen  
Kinoabend mit Popcorn



**HEUTE**  
darfst du bei  
Mama und Papa  
im Bett schlafen

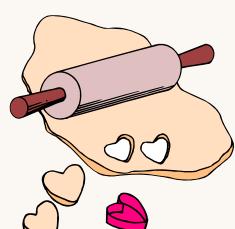


**HEUTE**  
gehen wir  
zusammen  
ins Schwimmbad



**HEUTE**  
darfst du den  
ganzen Tag deinen  
Schlafanzug anlassen

**HEUTE**  
backen wir  
Plätzchen



**HEUTE**  
machen wir  
Frühstück  
im Bett

**HEUTE**  
abend machen  
wir einen  
Weihnachtsspaziergang



**HEUTE**  
basteln wir  
Weihnachtsdeko



**HEUTE**  
spielen wir  
Verstecken im  
Dunkeln



**HEUTE**  
bauen wir  
zusammen eine  
Schneemann

**HEUTE**  
machen wir  
eine Schnee-  
wanderung



**HEUTE**  
kuscheln wir  
zusammen statt  
aufzuräumen



**HEUTE**

machen wir ein  
Picknick im  
Wohnzimmer



**HEUTE**

essen wir alle  
mal ohne  
Besteck



**HEUTE**

darfst du dir dein  
Lieblingstürchen  
nochmal wünschen



**HEUTE**

machen wir eine  
Abenteuerüber-  
nachtung auf der Couch



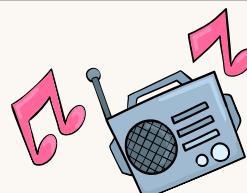
**HEUTE**

machen  
wir einen  
Beauty-Tag



**HEUTE**

hören wir uns  
zusammen eine  
Weihnachtshörspiel an



**HEUTE**

gestalten wir  
Weihnachtspostkarten  
für unsere Lieben



**HEUTE**

suchen wir für  
uns die schönsten  
Kosenamen



**HEUTE**

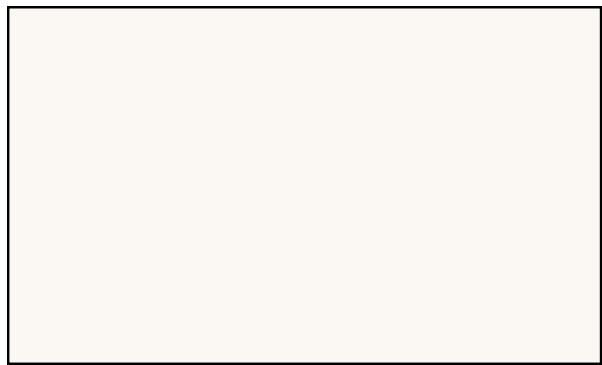
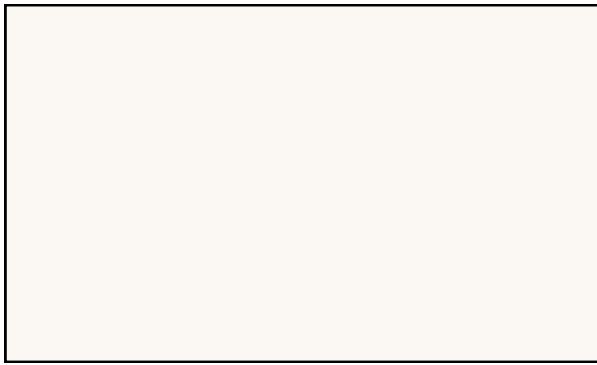
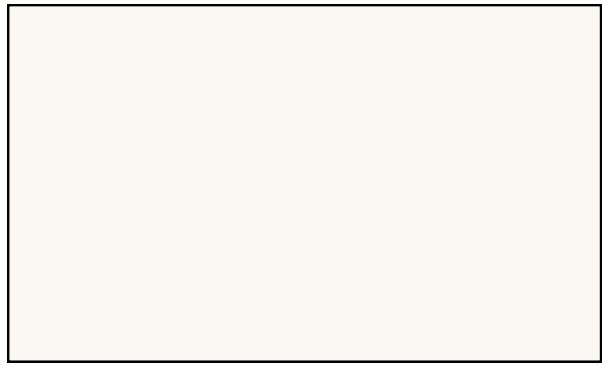
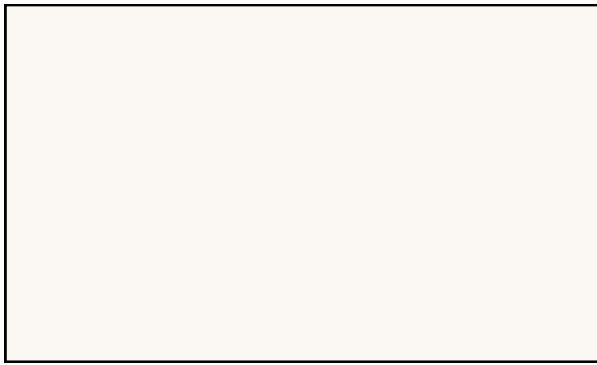
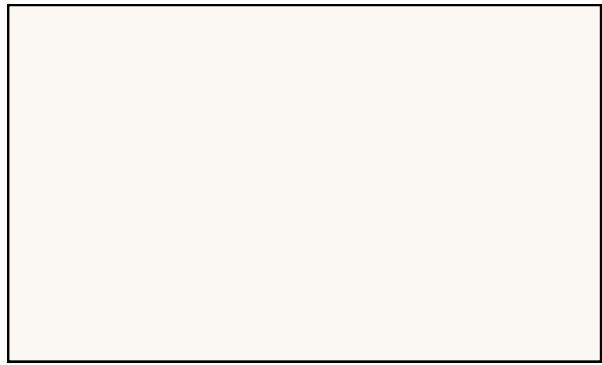
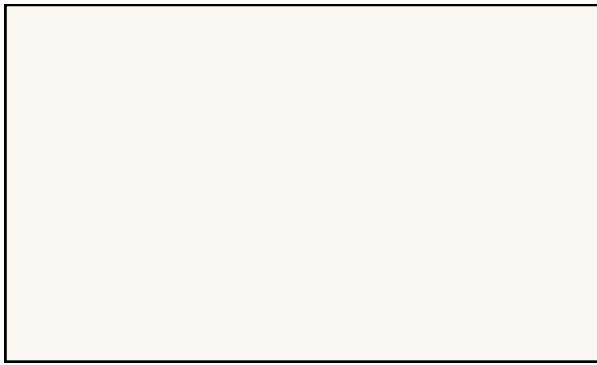
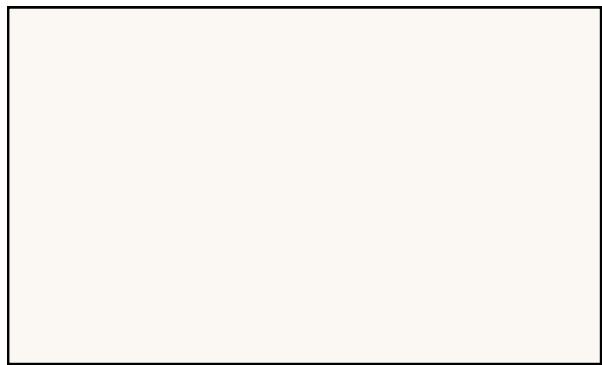
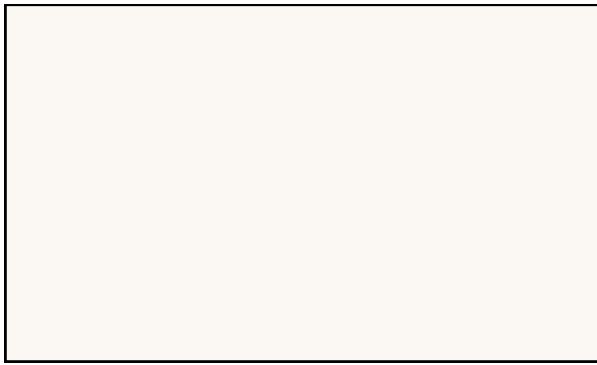
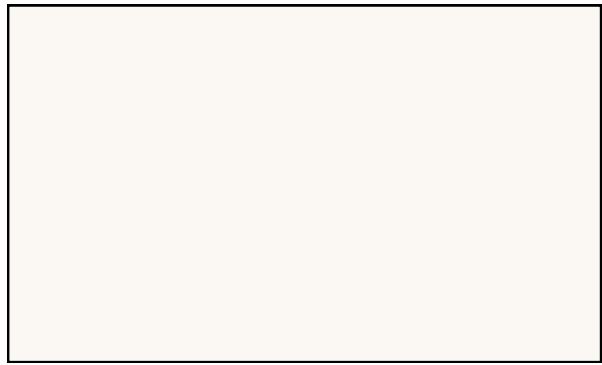
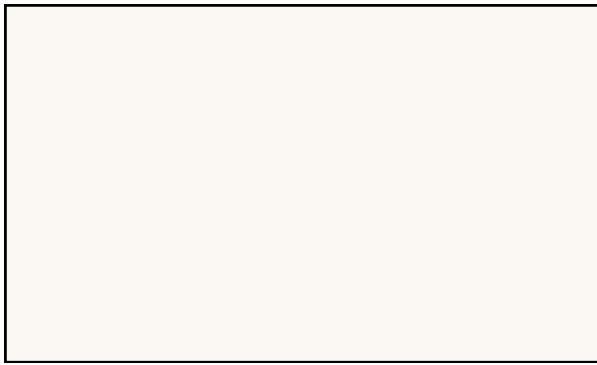
schauen  
wir alte  
Fotoalben an



**HEUTE**

spielen wir  
zusammen ein Spiel,  
dass du dir wünscht





# DU SUCHST NOCH ein magisches Weihnachtsgeschenk?

DANN IST MEIN KARTENSET "UNSER GLÜCKSMOMENT" GENAU  
DAS RICHTIGE FÜR DICH UND DEIN KIND

- 36 liebevoll gestaltete Karten im handgeplottertem Säckchen – jedes Stück ein Herzprojekt
- durch die spezielle und einzigartige Formulierung der Affirmationen gehen diese 10x tiefer ins Unterbewusstsein
- Ziehe gemeinsam mit deinem Kind (oder als ganze Familie) eine Karte, beantwortet die Frage gegenseitig und spürt, wie ihr gemeinsam Stress loslasst, wieder Nähe findet und euch bewusster wahrnehmt

WAS BRINGEN DIE  
KARTEN?

- Mehr Nähe & Verbindung zu  
deinem Kind
- Dankbarkeit üben – die wichtigen  
Dinge im Leben wieder spüren
- Komplimente schenken &  
annehmen lernen – für Kinder  
und Erwachsene
- Einfache Integration in den Alltag:  
Eine Karte, ein paar Minuten –  
und ein Glücksmoment entsteht



29,90€

jetzt bestellen

# DAS SAGEN FAMILIEN über meine Karten



"Wir sind begeistert von deinen Karten. Wir machen es jeden Abend zu viert und meine Tochter sagt, die Karten machen sie immer ein bisschen glücklicher"

CHRISTINA



"Haben heute gleich mal die Karten getestet und was soll ich sagen, der Papa saß mit Tränen in den Augen da. Ich fand es aber auch interessant so einen Satz aus Sicht der Kids zu hören, wie sie das interpretieren, wird wohl zu einem Familienritual werden."

INA



"Bei uns ist es Tradition, sich "das Schönste vom Tag" vor der Schlafenszeit zu erzählen. Ich dachte, die Karten kommen für uns zu spät - habe sie dann trotzdem gekauft und siehe da - mein Sohn (14) besteht täglich auf die klasse Karten und die Tochter (18!) beteiligt sich jetzt auch wieder."

ANJA



"Deine Karten sind der Hammer. Meine Tochter und ich sind tatsächlich noch ein wenig näher zueinander gerutscht!"

KATHARINA



HALLO, ICH BIN

*Sabrina*

... mit Leidenschaft Mama, ein absoluter Familienmensch und aus tiefstem Herzen Sozialpädagogin.

Ich wohne mit meiner Patchworkfamilie in Schweinfurt – bunt und lebendig, genau wie das Leben so ist.

Ich lebe einen leichten und harmonischen Familienalltag – und genau das möchte ich auch für dich und deine Familie.

In den letzten Jahren habe ich über 1000 Familien begleitet, hin zu einem entspannten und harmonischen Familienalltag und immer wieder erlebt, wie kleine Veränderungen Großes bewirken können.

2024 erfüllte ich mir dann endlich meinen großen Traum und eröffnete meine eigene Praxis, die "Lounge of Lässig", in der ich Eltern auf ihren Weg zu mehr Harmonie begleite sowie Gruppentreinings für Kinder anbiete.

Es ist so schön, dass du da bist und deinem Kind diese magische Zeit im Advent schenkst. Das ist so wertvoll.  
Danke dafür...

*deine Sabrina*

Du willst mehr über mich oder meine Arbeit erfahren? Dann einfach hier klicken:

[WWW.FAMILIENCOACH-ROEDER.DE](http://WWW.FAMILIENCOACH-ROEDER.DE)

# Danke

## Herzlichen Dank

Ich bin zutiefst dankbar, dass es Menschen wie dich gibt, denen das Wohlergehen der eigenen Kinder so wichtig ist.

Genau deshalb mache ich diesen Job. Und ich bin immer tief berührt von so vielen Eltern, die mit Liebe und Bereitschaft ihren Weg gehen.

Ich hoffe durch diese Seiten kannst du neue Impulse mitnehmen und eure Adventszeit magisch gestalten.

*deine Sabrina*

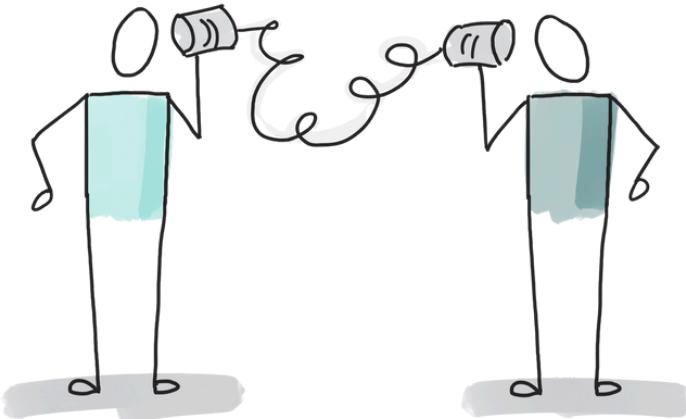
BLEIBEN WIR  
IN KONTAKT



[INSTAGRAM ACCOUNT](#)



[WEBSITE](#)





## HOL DIR NOCH MEHR TIPPS!

Du möchtest keine neuen Inhalte, Kurse oder Workbooks mehr verpassen? Dann folg mir gern auf Instagram!

Dort findest du regelmäßig Impulse, Tipps und Inspirationen rund um das Thema Erziehung – von den ersten Lebensjahren bis in die Jugendzeit.

Außerdem informiere ich dort über neue Angebote, Workshops und aktuelle Themen, die dich im Familienalltag unterstützen können.

Ich freue mich, wenn wir dort in Verbindung bleiben!

ZU MEINEM  
INSTAGRAM PROFIL



NEUE KURSE    A N G E B O T E    W O R K B O O K S

# URHEBERRECHTSHINWEIS

© Copyright 2025 - SR Familiencoach Sabrina Röder  
Alle Inhalte insbesondere Texte, Fotografien und Grafiken,  
sind urheberrechtlich geschützt.

Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders  
gekennzeichnet, bei Sabrina Röder. Teilweise sind  
Zeichnungen und Grafiken durch bikablo inspiriert, Fotos  
teilweise durch Canva-Pro eingebunden.

Die - auch auszugsweise - Verwendung der Inhalte kann nur  
nach der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Coaches  
erfolgen.

Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung,  
Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung bleiben  
vorbehalten.

Der Coach weiset darauf hin, dass derjenige, der gegen das  
Urheberrecht verstößt indem er z.B. Bilder oder Texte  
unerlaubt kopiert, sich gem. §§ 106 UrhG strafbar macht und  
zudem gem. §§ 97 UrhG kostenpflichtig abgemahnt wird und  
Schadensersatz leisten muss.