



CÓMO PREPARAR TU

Calendario de Adviento

1. *Abre el archivo PDF y haz clic en imprimir.*
2. *El calendario está diseñado para imprimir en papel A4.
Escoge este tamaño y aseguráte de marcar la opción de imprimir al 100%.*
3. *Escoge también la opción de impresión a una única cara.*
4. *En cada hoja A4 se imprimirán 2 páginas del calendario de 12x12cm.
Si utilizas cartulinas en lugar de papel te quedará mucho más chulo,
aunque no es imprescindible.*
5. *Córtalas por las líneas de corte con una guillotina o con cíter y una regla.*
6. *Para encuadrarlo puedes usar una simple pinza de papelería,
un gusanillo o cualquier otra forma que tu creatividad te proponga.*

¡Que lo disfrutes muchísimo!

Caroline y Esther



*Idea y textos: Caroline Soler
Diseño y maquetación: Esther Piquerres*



Presentación

Como suele ocurrir, las iniciativas que surgen en un desayuno tranquilo entre dos amigas que se admirán y se quieren, son iniciativas mágicas y especiales.

Y es que Esther y Caroline son amigas, de esas amigas de más allá de este mundo, con promesas hechas que trascienden la cordura y que muchos llamarían locura.

Yo prefiero pensar que es una locura bendecida, porque de ella surge la idea de este pequeño, gran, calendario de adviento.

Su creación solo pretende abrir el corazón y disfrutar de la experiencia que propone.

Cada día, hasta el día de Navidad se presenta una aventura para mantener durante toda la jornada, así que solo déjate llevar y descubre la magia que entraña, porque la consecuencia de este calendario es el Amor.





1

28 Nov '21

Hoy

mantente la mayor parte
en silencio, habla solo
cuando debas y sé breve.

*De esta forma preparas tu corazón.
Dedica unos momentos para hacerte con un cuaderno
bonito, donde puedas anotar las experiencias que,
a partir de hoy, vas a vivir.*

@lecoleducouer & @hester_hipster



2

29 Nov '21

Escucha

el sonido de tu ciudad,
de todo aquello que te envuelve.

*Pon atención a la música que tiene de este día.
¿Qué canción tiene?
Y esta noche, cuando llegues a casa, escúchala.*

@lecoleducouer & @hester_hipster



3

30 Nov '21

Las sonrisas

son todopoderosas como cualquier
medicina. Y tan mágicas como
cualquier hechizo.

*¿Sabes que hoy solo hay que sonreír?
Observar los efectos que tiene en tu realidad.*

@lecoleducouer & @hester_hipster



4

1 Dic '21

El agradecimiento es la memoria del corazón.

*Escribe todas las bendiciones que te rodean y agradece.
Dar las gracias solo consigue
que te sientas abundante.*

@lecoleducouer & @hester_hipster



5

2 Dic '21

El sol

nos habla por medio
de la luz, con aroma y
color lo hacen las
flores, el aire con las
nubes, nieve y lluvia.
Herman Hesse.

Pasea y pon atención a los aromas que te
envuelven. ¿A qué huele el día de hoy?

@lecoleducouer & @hester_hipster



6

3 Dic '21

Aprendamos

riamos y seamos felices como los niños.

Observa la forma de estar en el mundo de los niños.
¿Qué puedes aprender de ellos?
Recuperar la visión inocente de los niños
es la propuesta de hoy.

@lecoleducouer & @hester_hipster



7

4 Dic '21

Bailar

es soñar con los pies.

*Busca tu canción preferida
y baila, permítete soñar
con los pies.*

@lecoleducouer & @hester_hipster



8

5 Dic '21

Es en ti

la ilusión de cada día.
Pablo Neruda.

*Escribe los sueños que no has cumplido y quémalos.
Así podrás empezar de nuevo.*

@lecoleducouer & @hester_hipster



9

6 Dic '21

Eres mi canción preferida. Esa que jamás olvidaría la letra.

*Escoge una persona.
Escoge una canción para esa persona.
Envíasela, con la única intención de
hacer un sencillo acto amoroso.*

@lecoleducouer & @hester_hipster



10

7 Dic '21

Cocinar

**es como amar.
Hay que hacerlo sin miedo
o mejor no intentarlo.
Harriet Van Horne.**

Cocina algo rico, tu comida preferida.

Pon una mesa bonita.

Disfruta de los sabores y de los recuerdos que te traen.

@lecoleducouer & @hester_hipster



11

8 Dic '21

Amarse

a uno mismo es el comienzo
de un romance de por vida.

Oscar Wilde

Escribe una carta de amor para ti.

Léela en voz alta.

Quémala.

Siéntete.

@lecoleducouer & @hester_hipster



9 Dic '21

Te Quiero.

Dos palabras que cuesta poco
decirlas y para quien las recibe son
alimento para su alma y su corazón.
María Picazo.

Dile a esa persona que la quieres.

@lecoleducouer & @hester_hipster



13

10 Dic '21

¡Un brindis por la vida!

*Brinda, aunque sea en el trabajo,
con la conciencia y gratitud de estar vivo.
Celebra la vida.*

@lecoleducouer & @hester_hipster



14

11 Dic '21

El punto

*de partida de todo logro es el deseo.
Napoleón Hill.*

*Escribe tus logros.
Los sencillos y cotidianos.
Y también los grandes.*

@lecoleducouer & @hester_hipster

15

12 Dic '21

Detrás

**de mi están todos mis ancestros
dándome fuerza. La vida pasó a
través de ellos hasta llegar a mí.
Y en su honor la viviré plenamente.**
Bert Hellinger.

*Honra a tus seres amados que ya no están.
Enciende una velita con la intención de bendecir sus vidas.*

@lecoleducuer & @hester_hipster

16

13 Dic '21

Caminar

**con un amigo en la oscuridad es mejor
que caminar solo en la luz.**
Gotham.

*Piensa en ese amigo que hace tiempo que no ves.
Hoy, encuentra el momento.
Llámalo.*

@lecoleducuer & @hester_hipster

17

14 Dic '21

Serás capaz

de lograr lo que sea si tu
entusiasmo no tiene
límites.

¿Hacia dónde vas?
Escribe tus deseos y objetivos.

@lecoleducouer & @hester_hipster

18

15 Dic '21

Sé como las flores

enamoradas del sol,
pero fieles a sus raíces.

De vuelta a casa, compra un ramo bonito de flores.
Observa como queda tu hogar.

@lecoleducouer & @hester_hipster



19

16 Dic '21

Tómate un momento para apreciar lo increíble que eres.

*Escribe lo que te gusta de ti.
Léelo en voz alta.*

@lecoleducouer & @hester_hipster



20

17 Dic '21

La vida

**no te pide que seas perfecto.
Solo te pide que aprendas cada día
a ser la mejor versión de ti mismo.**

*En cada cosa que hagas hoy,
hazlo dando lo mejor de ti.
Pon todo tu corazón.*

@lecoleducouer & @hester_hipster



21

18 Dic '21

Hay algo

de mi sombra en tu sombra, hay
algo de mi sueño en tu sueño, hay
algo de mi frío en tu invierno.

Carmen Naranjo.

*Hoy empieza el invierno.
Escribe aquello que te inspira esta época del año.*

@lecoleducouer & @hester_hipster



22

19 Dic '21

Toma nota:

Amar es cuidar, así de simple,
así de profundo.

*Escoge a quién vas a cuidar hoy.
Recuerda que cuidar es amar.
¿A quien amarás hoy?*

@lecoleducouer & @hester_hipster

23

20 Dic '21

Qué sería de ti
 sin todas tus luces
 y tus sombras.

Escribe tus sombras.
Solo así las puedes convertir en luz.

24

21 Dic '21

La belleza
es la expresión estética del Amor.
Abraham Lincoln.

En el día de hoy mira con los ojos del Amor.
Encuentra belleza en lo cotidiano.
Haz una foto.

25

22 Dic '21

Dando

aprendes a recibir.
Recibiendo aprendes a dar...

Haz regalos.
Recibe bendiciones.
¿En qué lugar te sientes más cómodo?

@lecoleducouer & @hester_hipster

26

23 Dic '21

Ponte

guap@ para ti. Sonríe para ti.
Haz planes para ti.
Sé feliz para ti.
Gabriel García Márquez.

Vuelve a leer en voz alta lo que escribiste el día 19.
Siéntelo.

@lecoleducouer & @hester_hipster

27

24 Dic '21

Cada familia

es única y especial en su forma imperfecta de ser.

Honra a tu familia.

Escribe los detalles que la hacen única y especial.

@lecoleducouer & @hester_hipster

28

25 Dic '21

El final

siempre sorprende, aunque esté escrito desde el principio.

Último día.

Te invito a que reflexiones sobre tus finales.
El final de una amistad, de un amor, de un trabajo...

@lecoleducouer & @hester_hipster

Gracias

Llegados a este punto, solo podemos darte las gracias por hacer realidad nuestro deseo que se convirtió en meta y gracias a ti en realidad.

Munay.

Caroline y Esther



Idea y textos: Caroline Soler
Diseño y maquetación: Esther Piqueres



Escuela de inteligencia emocional

Hester Kipster

