



Lasst uns den kürzesten Tag und die längste Nacht des Jahres miteinander feiern. In diesem Jahr beginnt der astronomische Winter am 22.12.2019 um 5.19 Uhr MEZ

Mit der Wintersonnenwende beginnen auch die 12 Rauhnächte, eine stille und magische Zeit zwischen Weihnachten und dem 5./6. Januar, die sich dazu eignet, Innenschau zu halten. Wir wollen gemeinsam auf das alte Jahr zurückschauen und einen Blick in die Zukunft werfen. Wir werden hierzu unsere persönlichen Themen erarbeiten und dann mit einem Ritual dem Feuer übergeben. Reinigung und Loslassen stehen am Anfang der Rauhnächte, um befreit ins neue Jahr zu gehen. In der 1. Rauhnacht kehren wir zum Ursprung unseres Selbst zurück und finden unsere eigene Quelle.

Wann: **Samstag 21.12.2019 von 17.00 – 21.00 Uhr**

Wo: **Gesundheitspraxis Birgit Schneider**

Kosten: **30 € (incl. Wasser, Tee, Glühpunsch und Snacks)**

Mitzubringen ist warme Outdoor-Kleidung und alles, was du brauchst, um dich wohl zu fühlen (evtl. eine Decke, eine Sitzunterlage und dicke Socken für drinnen).

Wir freuen uns auf dich

Birgit Schneider und Karsten Schröder

Anmeldungen bei: