



**Fastenwochen**

**07.-11. November 2022**

**und 14.-18. November 2022**

**Wir entgiften und entsäuern**

**gemeinsam und lassen das Jahr 2022 in  
der Stille ausklingen und beleben 2023**

**mit neuer Lebensenergie**

**5 Tage / 4 Übern.**

**Komplett € 438,--/pro Person im DZ**

**€ 538,--/ pro Person im EZ**

mit

Danke-Morgenmeditationen

Frühstück

Hirsebrei, Dinkelporridge & Buchweizen, sowie versch.  
hausgemachten Kompott's und Gewürzen

geführte Spaziergänge & Energiearbeiten

in Einzelsitzungen, sowie in der Gruppe

Leberwickel & Fussbad

Ruhemeditationen & Dankesübungen

Tageskurse:

- wie integriere ich einen Tag Fasten in meinen Alltag,  
mit Kochtip's für zu Hause
  - wie komme ich zur Ruhe und behalte die gewonnen Ruhe in  
Stresssituationen bei mir
  - Sprache und ihre Auswirkungen (erlernen von der neuen  
Sprache und ansprechen von Tabu's )
- mitgebrachte Fragen jedes einzelnen

## Mittags & Abends

wechselnde Säure - Basensuppen

mit Öl und Kräutern

dazu immer Orangen, Apfel, Ingwerwasser, Fastentee

& „Plocher“ Quellwasser

## Am Abschlusstag

Fastenbrechen und ein Abschlussgespräch, sowie ein  
gemütliches Ausklingen .....

In diesem Jahr gibt es einen Zusatz zum Fasten ( wir reden über Demenz und Parkinson, ihre Energetische Ursache und die Möglichkeiten des Vorbeugens)

Ich freue mich riesig auf alle die sich in der Stille erholen möchten und mit neuer Energie aufladen wollen.

Fühlt euch umarmt und geherzt

Susanne

 ,

dass es dich gibt