



Wild Seasons

Auszeit und Begegnung im Rhythmus der Jahreszeiten

Datum	31. Oktober und 18. Dezember 2026. <i>Jeweils von 15h30 bis 18h mit offenem Ausklang und gemeinsamen Essen.</i>
Uhrzeit	Jeweils 15.30-18.00 Uhr
Ort	Alfter/Kottenforst. <i>Ort wird je nach Witterung ca. eine Woche vorher bekanntgegeben.</i>
Leitung	Lena Parlasca und Carmen Carosella

In einem wertschätzenden Kreis von Weggefährtinnen begegnen wir der Natur, uns selbst und einander. Wir stärken Körper, Herz und Seele und schöpfen dabei unter anderem aus Naturcoaching, Meditation, Yoga, kreativem Gestalten, Embodiment, Tanz, Storytelling und Journaling. Es findet sich Raum für Selbstreflexion, Stille, Rituale und bewusste Naturzeit. Dabei erleben wir Gemeinschaft, Achtsamkeit und ein nachhaltig verbundenes Leben.

Die Themen der einzelnen Workshops folgen dem Jahreslauf: Wir vertiefen unser Naturwissen und widmen uns den Qualitäten und Traditionen der jeweiligen Jahreszeit.

Die Zahl der Teilnehmerinnen ist begrenzt.
Anmeldung per Email bei Carmen Carosella:
carmen.carosella@posteo.de

Ein Veranstaltungsangebot von Gesundheitskultur e.V.