

[View this email in your browser](#)



**Nr. 11 / DEZEMBER 2015**

Mit dem Newsletter "Sternschnuppe" bieten Ihnen Katja Merki und das Cassiopea-Team wertvolle Inspirationen für ein erfülltes Leben. Nutzen Sie die vielen spannenden Informationen für mehr Wohlbefinden, Gesundheit und Lebensfreude.



## **Gedanken zum Jahreswechsel**

Die Weihnachtstage und die Zeit zwischen den Jahren (auch Raunächte genannt) sind eine sehr spezielle Zeit. Sie laden ein zum Innehalten, in die Stille gehen, das vergangene Jahr Revue passieren zu lassen, aber auch zur Vorbereitung auf das kommende neue Jahr, das wie ein unbeschriebenes Blatt vor uns liegt. So braucht auch der Jahreswechsel Geduld, Stille und Zeit.

Nicht immer ist es leicht, im oftmals hektischen Trubel rund um Weihnachten, den Vorbereitungen auf das Fest aber auch all den emotionalen Themen rund um diese Tage, die Ruhe zu bewahren und bei sich selber zu bleiben.

Deshalb wünschen wir Euch geruhssame und friedliche Festtage, das Zusammensein in fröhlicher Runde mit lieben Menschen und feinen Leckereien aber auch immer wieder Ruheinseln für Euch selber. Sei das ein Spaziergang draussen im Wald, ein gutes Buch, eine Tasse Tee, ein paar Yogaübungen - was auch immer Eurem Körper und Eurer Seele gut tut.

So wünschen wir Euch allen einen kraftvollen Auftakt in ein neues Jahr voller Liebe, Fülle, Wärme und Frieden, in dem wir wieder gerne zur Unterstützung Eures Wohlbefindens da sein dürfen.

Herzliche Grüße  
Das CASSIOPEA-Team



*Copyright © 2015 Cassiopea - Physikalische Therapien und Naturheilverfahren, All rights reserved.*

Want to change how you receive these emails?  
You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#)

MailChimp.