



Kurs-Nr. MB513

## Mit der Kraft der Rauh Nächte ins neue Jahr

Für Klarheit sorgen, Altes loslassen und die Zukunft gestalten



20.11.2026 | BEW-Essen

| 09:00 - 13:00 Uhr

**Angela Trappen**  
0201 8406-804, trappen@bew.de**Teilnahmepreise in €****Präsenz****Regulär\*** 750,-**Verbandsmitglieder\*** 720,-AAV, BDE, BDG, BVB, BWK, DGAW, DVGW, DWA, EdDE,  
InwesD, ITAD, ITVA, VDRK, vero, VKS im VKU, WFZruhr**Behörden und Kommunen\*** 660,-

In der Teilnahmegebühr sind jeweils seminargebundene  
Unterlagen und bei Präsenzveranstaltungen das Mittagsbuffet  
sowie Erfrischungsgetränke enthalten.

\*zzgl. gesetzl. MwSt. auf MwSt.-pflichtige Leistungen

**Weitere Infos  
und Anmeldung**[bew.de/mb513](https://bew.de/mb513)

# Mit der Kraft der Rauhächte ins neue Jahr

Für Klarheit sorgen, Altes loslassen und die Zukunft gestalten

## Beschreibung

Um die Rauhächte ranken sich seit jeher Legenden, Mythen und magische Geschichten. Seit einigen Jahren erfahren die Rituale um die zwölf Tage zwischen Weihnachten und dem Dreikönigstag am 6. Januar einen stetigen Zulauf. Es ist eine Zeit des Innehaltens, der Reflexion, Altes soll losgelassen und Neues begrüßt werden – die perfekte Zeit für ein Rendezvous mit sich selbst!

Der Workshop ist der perfekte Einstieg für alle, die sich mithilfe der traditionellen Rituale der Rauhächte auf sich selbst besinnen und sich Klarheit über die eigenen Bedürfnisse, Wünsche und Ziele verschaffen wollen. Und das alles abseits von jeglicher Esoterik.

Diplom-Psychologin Tanja Köhler ist im vergangenen Jahr mit ihrem Buch „Rauhächte – 12 Tage nur für dich“ auf Platz 5 der Spiegel-Bestseller-Liste gelandet. Innerhalb von 6 Wochen war das Buch in der vierten Auflage ausverkauft. In diesem Jahr erscheint ein weiteres Buch: Rauhächte für Paare.

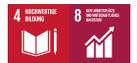
### IHR NUTZEN

In diesem Seminar lernen Sie,

- das Ritual der Rauhächte kennen.
- wie man für sich persönlich das Ritual der Rauhächte gestalten kann.
- wie man die persönlichen Erkenntnisse aus den Rauhächten in den Alltag integriert.

**Ihr persönliches Extra:** 1 Buch: „Rauhächte – 12 Tage nur für dich“ mit persönlicher Signatur der Autorin

## Themen



- Über die Wirkkraft von Ritualen und wie sie das Leben klären, stärken und bereichern.
- Große Rituale wie die Rauhächte und kleinere Rituale des Alltages.
- Wissenswertes rund um die Rauhächte und die einzelnen Rauhächts-Rituale.
- Vom Ritual der 13 Wünsche über das Rauhächts-Journal bis hin zum Räuchern mit Rauhächtskerzen
- Die ersten drei Rauhächte: (1) Klarheit (2) Stille und (3) Herzöffnung: Gedanken zur jeweiligen Rauhächte.
- Reflexionsfragen, weiterführende Impulse & Coachingtipps für einen gelungenen Transfer.
- Die Rauhächte individuell und stimmig zum eigenen Lebensstil gestalten.
- Wie die Erkenntnisse aus den Rauhächten das ganze Jahr über Klarheit und Energie schenken.
- Der Kurs zum SPIEGEL-Bestseller-Buch von Tanja Köhler

## Abschluss



Teilnahmebescheinigung

## Zielgruppe

- Menschen, die - abseits jeglicher Esoterik - neugierig auf das Ritual der Rauhächte sind und es kennenlernen möchten.
- Menschen, die die Zeit zwischen den Jahren mit einem kraftschenkenden Ritual für sich gestalten möchten

## Dozent

---

- **Tanja Köhler**, Denkingen

## Anmeldemöglichkeiten zur Kurs-Nr.: MB513

---

- Direkt über unser Online-Anmeldeformular: [www.bew.de/veranstaltungen/anmeldung/mb513](http://www.bew.de/veranstaltungen/anmeldung/mb513)
- Über einen PDF-Ausdruck per E-Mail oder Fax: [www.bew.de/anmeldeformular](http://www.bew.de/anmeldeformular)