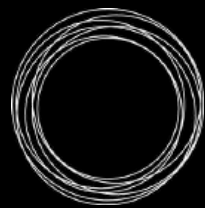


Rauhnächte

HOME

Retreat



StrengthsCreator

SANDRA BAGGELER



**Fühl
dich
willkommen**

Home-Retreat

Ritual Wintersonnenwende

KartenBox für 12 Rauhnächte

VisionsWorkshop

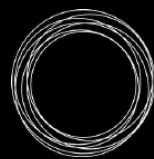


StrengthsCreator

SANDRA BAGGELER

03.1. 10-12 Uhr

Soulful Strategy 2026



StrengthsCreator

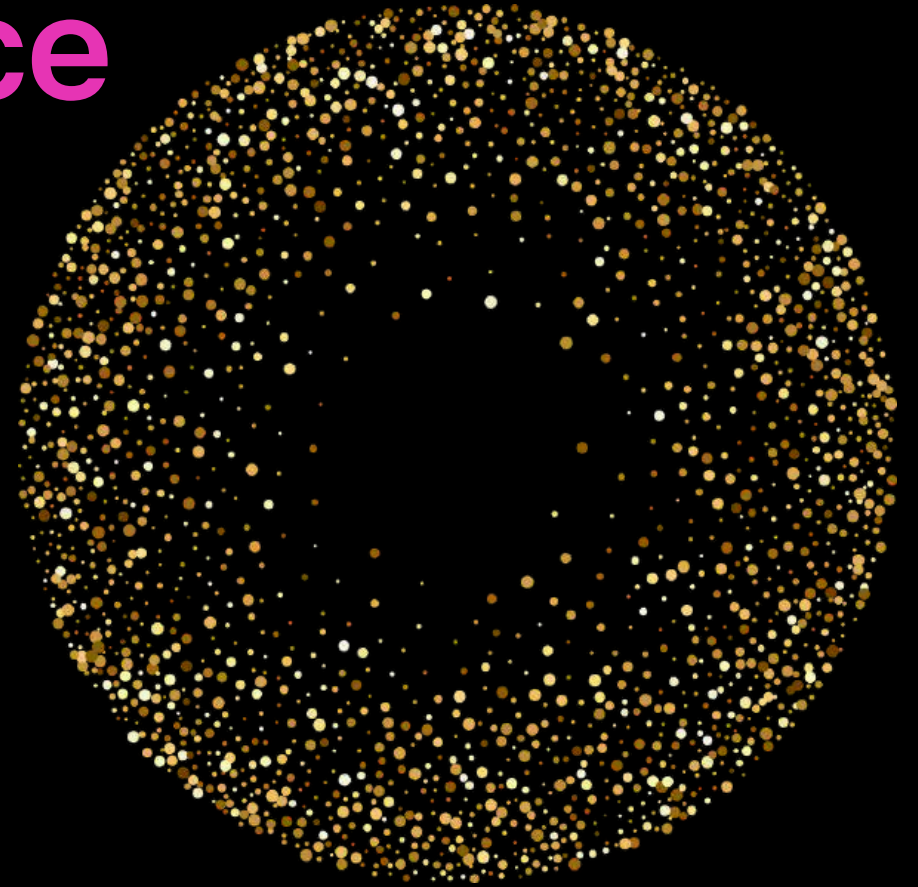
SANDRA BAGGELER

Let the magic dance

Schenke dir ein
schönes Notizbuch

ODER

Bastel dir 12 VisionCards



StrengthsCreator

SANDRA BAGGELER

12 VisionCards

Mit ausbrüche

Let's gooooo:

Nimm 6 Blätter DIN A4, falte sie einmal und schneide sie durch.

Nummeriere die 12 Karten von 1–12.

Hol dir deine Lieblingszeitschrift, Schere, Stift und Kleber.

Step one

12 VisionCards

Mit ausbrüche

Inspiration sammeln

Blättere deine Zeitschrift durch und schneide Worte und Bilder aus, die dich inspirieren, Kraft geben oder dich an deine Vision erinnern.

Step Two

Monat ausbrüche

Gestalte jede Karte mit einem Bild oder Wort-Schnipsel.
Schreibe auf die Rückseite, was du im jeweiligen Monat umsetzen möchtest.
Starte im Januar (Vision Card 1) und nutze jede Karte als Anker für den Monat.

Step Three

Let the magic dance

12 Rauhnächte:

25.12. → 1 (Januar)

...

05.01. → 12 (Dezember)



StrengthsCreator
SANDRA BAGGELER

Let the magic dance

Notiere pro Rauhnacht deine Gedanken, Impulse & Reminder an dich selbst

oder...



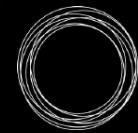
StrengthsCreator

SANDRA BAGGELER

Let the magic dance

Notiere Stichwörter, was pro Tag symbolisch geschieht & an was du dich erinnern willst z.B.:

Mehr Ruhe, Fokus halten...



StrengthsCreator

SANDRA BAGGELER

LOS LASS Ritual



StrengthsCreator

SANDRA BAGGELER

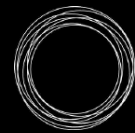
LOS...lassen.

20 min.

Ein DIN A4 Blatt!

**Schreibe nun alles auf,
was du aus dem
“Alten Jahr” loslassen willst.**

Wofür du dankbar bist...



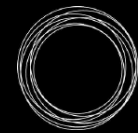
StrengthsCreator

SANDRA BAGGELER

LOS...lassen. 10 min.

**Feuerfeste Schale...
Feuerzeug.**

**Verbrenne jetzt deinen Zettel
Anschließend die Asche deiner
Zettel entweder in der Erde,
Wasser, Luft-Element
beheimaten, z.B....**



StrengthsCreator

SANDRA BAGGELER

Good to know

Blumentopf > Erde (behütete
langsame Transformation)

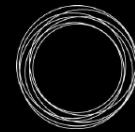
Elbe, Rhein, Meer > Wasser
(emotionales behütet sein)

Vom Winde verweht > leichte
Transformation



StrengthsCreator

SANDRA BAGGELER



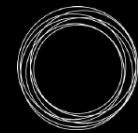
StrengthsCreator

SANDRA BAGGELER

Deine 13 Wünsche ans Christkind

Deine Herzenswünsche

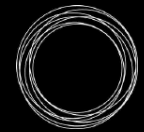
Teile 2 DIN A4 Blätter so auf,
dass du 13 gleichgrosse
Zettel bekommst, die du
ausschneidest.



StrengthsCreator

SANDRA BAGGELER

13 Herzenzswünsche



StrengthsCreator
SANDRA BAGGELER

Schreibe pro
Zettel einen
Herzenswunsch
auf. Wähle
positive
Formulieren &
falte sie alle
gleich.



12 plus 1.

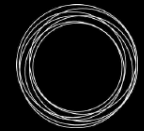
Pro Rauhnacht
ziehe einen
Zettel &
verbrenne ihn,
mit der innere
Haltung, dass du
deinen Wunsch
dankbar loslässt.



StrengthsCreator

SANDRA BAGGELER

Erfülle dir deinen.



StrengthsCreator

SANDRA BAGGELER

Um deine 12
Wünsche wird
sich gekümmert.
Der letzte
Wunschzettel
bleibt in deinen
Händen, erfülle
ihn selbst.



Jahresgruppe
2026

CREATE *Together*



Es gibt momentan noch zwei Plätze in
der Jahresgruppe, komme gerne spontan
dazu. Alle Infos [hier](#).



StrengthsCreator
SANDRA BAGGELER

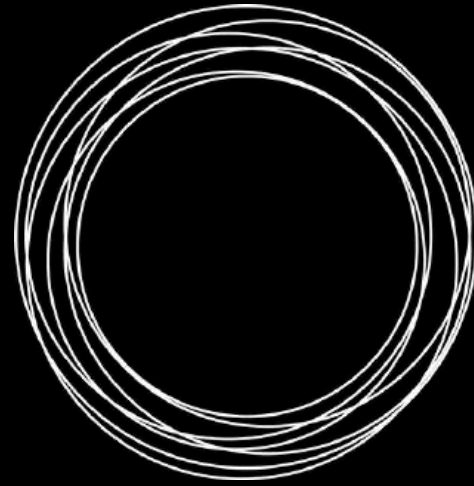
Moin
aus
Blankenese



Ich bin Sandra

Gründerin von StrengthsCreator und Gallup-Certified Strengths Coach für Vision und Potential. Seit 28 Jahren begleite ich Menschen durch Veränderung – mit mentaler Klarheit, emotionaler Stabilität und selbstwirksamer StärkenPower.

Ich entwickle nachhaltige Coachingprozesse und praxisnahe EQ Leadership-Konzepte für ein „STARK IM WANDEL“ Sein in Zeiten dynamischer Transformation – mit Sinn, Tiefe und authentischer Haltung!



StrengthsCreator

SANDRA BAGGELER