

5

# GRÜNDE FÜRS ENTRÜMPELN



HEUTE

# GRUND 2

GEWINNE VIEL

(FREI-)

RAUM



Dass du Raum oder Platz gewinnst, wenn du Gegenstände loslässt, ist ja keine besonders originelle oder neue Idee.

Natürlich benötigt jede Sache, die bei uns im Haus, in der Wohnung oder am Arbeitsplatz einzieht, ihren

Raum. Wenn du eher organisiert bist, hast du deine Dinge ordentlich aufgeräumt. Bist du eher chaotisch unterwegs, werden die Dinge eher ungeordnet irgendwo abgelegt.

Nun kann es gut sein, dass du, um Ordnung zu schaffen, Möbel wie Schränke oder Kommoden zu legen musst.

Oder du stellst sogar Schränke in die Garage oder den Keller, um alles ordentlich abzulegen. Und schon hast du noch mehr angeschafft, noch mehr Raum belegt, um Übersicht und Ordnung zu schaffen.

Natürlich ist dies ein Weg, sich Ordnung und Struktur zu schaffen. Ein anderer Weg wäre, sich von allem zu trennen, was nur Raum wegnimmt, dir aber weder das Leben erleichtert noch dich glücklicher macht.

Wie wäre es, wenn du nur noch Gegenstände um dich herum hättest, die du wirklich benötigst oder die du wirklich liebst?

Wie viel Raum würde frei?

Wie wäre es, wenn du mit diesen Dingen so zufrieden wärst, dass du nicht sofort nach neuen Dingen Ausschau halten müsstest?

Welches Gefühl würde dieser freie Raum in dir auslösen?

Was genau lässt dich an den Dingen festhalten?

Was genau hast du dir beim Kauf der Sachen erhofft?

Mach dich mit uns auf die  
45-tägige Reise,  
auszumisten und  
loszulassen. Schritt für  
Schritt kommst du zu  
mehr Raum und mehr  
freier Zeit.

Nebenbei kannst du  
ergründen, was dich an  
Dingen hängen lässt.

Ich begleite dich auf  
dieser Reise mit Ideen,  
Vorschlägen und  
Anregungen, wie du zu  
mehr innerer Fülle und  
weniger Ballast im aussen  
kommst.

Einmal in der Woche zeige  
ich dir, was wir alles  
gemeinsam losgelassen  
haben.

Du wirst staunen.....

# RÜCKBLICK 2024

Ein Beispiel einer Teilnehmerin vom Fasten-Entrümpeln 2024.  
Weniger Ballast, mehr Raum



“Aber ich habe keine Zeit zum Entrümpeln...”

NIMM DIR JEDEN TAG EIN BISSCHEN ZEIT UND DU WIRST MEHR ERFÜLLUNG, MEHR FREIHEIT UND MEHR ZEIT FÜR DICH HABEN.



# FASTEN-ENTRÜMPELN 2026

MACH AUCH DU MIT  
UND LÖSE DICH  
SCHRITT FÜR SCHRITT  
VON ÜBERFLÜSSIGEM  
BALLAST



# FASTEN-ENTRÜMPELN 2026

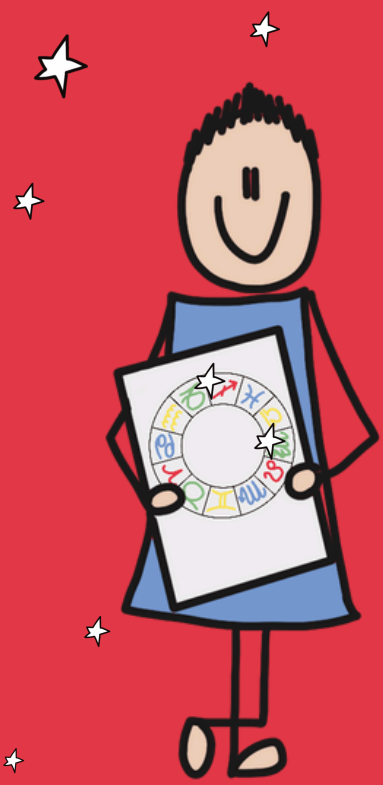
TRENNE DICH  
GEMEINSAM MIT  
ANDERN  
JEDEN TAG VON MIN.  
1 GEGENSTAND



Barbara Heinzer

ASTROLOGISCHE BERATUNGEN  
ENTRÜMPELUNGS-COACHING

Landsgemeindestrasse 24 6438 Ibach  
heinzer.barbara@outlook.com



# ENTRÜMPELUNGS-CHALLENGE

mindestens 45 Gegenstände loslassen

gemeinsam entrümpeln

mehr Raum für Leichtigkeit und Freude

lasse jeden Tag min. 1 Gegenstand los

mehr sein, weniger haben

lerne eine neue Art von Fülle kennen

mehr Infos findest du hier:

DIE 45-TAGE  
ENTRÜMPELUNGS  
CHALLENGE

Wenn auch du mehr Leichtigkeit und Fülle in deinem Leben möchtest, sei ein Teil unserer nächstens startenden Entrümpelungs-Gruppe.



# FASTEN-ENTRÜMPELN 2026

MELDE DICH BIS ZUM 10.  
FEBRUAR AN UND  
PROFITIERE VOM

FRÜHBUCHER-RABATT:  
90.- STATT 100.-SFR.



# Fasten- Erfahrungen

2026

MEHR INFOS FINDEST DU  
HIER:

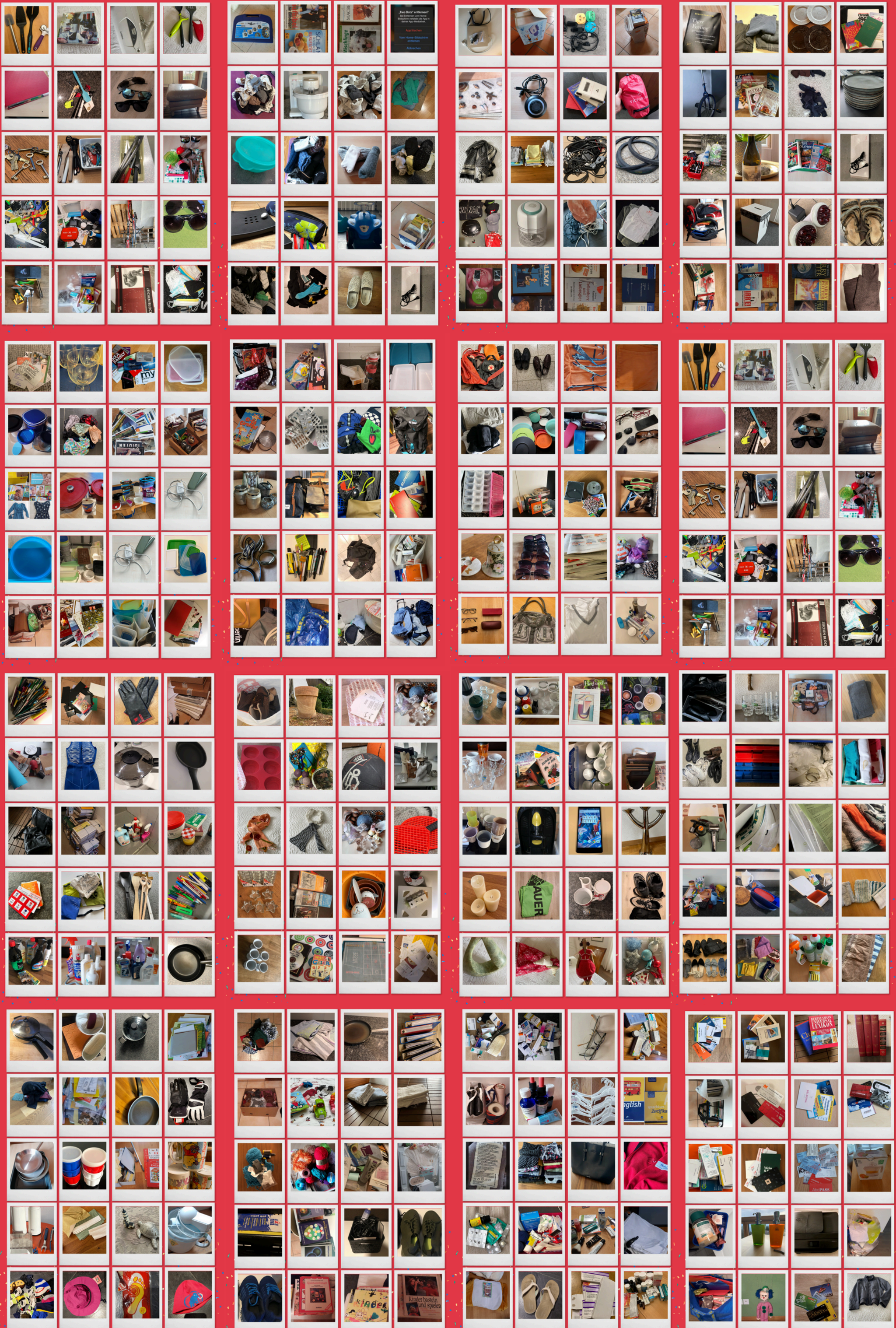
DIREKTLINK: 45 TAGE-  
CHALLENGE

# Rückblick

40 PERSONEN HABEN BISHER  
MITEINANDER FLEISSIG DIE  
VIRTUELLE  
ENTRÜMPELUNGSKISTE  
GEFÜLLT



# NUR EIN KLEINER AUSSCHNITT, WAS 2024 ENTRÜMPELT WURDE:



# Fasten-Entrümpeln

2026

LIES HIER MEHR DARÜBER,  
WAS DAS FASTEN-  
ENTRÜMPELN BISHER BEI  
DEN TEILNEHMERN  
AUSGELÖST HAT:

[Direktlink Einblick](#)  
[Fasten-Entrümpeln 24](#)



MACH MIT UND LERNE  
EINE NEUE ART VON  
FÜLLE KENNEN



HIER BIST DU DIREKT DABEI:  
FASTEN-ENTRÜMPELN 2026